

sale & pepe

OTTOBRE 2012 - € 3,50

MCINTYRE



Truffe semifreddo
al rum pag. 88



LEGUMI nutrienti, sfiziosi e trasformisti **RISO**
viaggio amarcord tra le ricette di tradizione
SOGLIOLA E ROMBO quando la delicatezza è
chic **CIOCCOLATO** più goloso con le nocciole

Ispirato.

Carlo Cracco.



La mia ispirazione nasce
da un profumo, a volte da un viaggio,
altre da un pensiero.
Qualunque sia la vostra, è bello
poterla esprimere ogni giorno
in cucina con le vere antiaderenti
Made in Italy.
TVS, l'ispirazione è ovunque.

Linea Arco by Giugiaro Design



www.tvs-spa.it | TVS Spa, Via Galileo Galilei, 2, Fermignano (PU) Italy
N° VERDE 800-126431



l'ispirazione
è ovunque

DALLA NOSTRA CUCINA

Caprese in bianco

Una versione insolita della torta al cioccolato e tante idee sfiziose per la tavola d'autunno.....13

Servizi

PASSIONI

Come in tripperia

La regina delle frattaglie nei grandi classici della tradizione, fieramente poveri e spudoratamente ghiotti... 32

TEMA MESE

Legumi

Non solo fagioli, ma anche ceci, lenticchie, cicerchie, incontrano carni e pesci, cereali e verdure....48

SEMPLICI PIACERI

Sogliola & rombo

La nobiltà dei fondali marini in piatti invitanti di grande carattere62

BONTÀ DI STAGIONE

Riso di tradizione

Cinque ricette canoniche, indenni da innovazioni, per Carnaroli, Vialone nano e Baldo74

LA DOLCE VITA

Cioccolato e nocciole

Il mitico duetto, celebrato da Nutella e gianduiotti, nelle golose interpretazioni di pasticceria..... 86

86



Tortino di mandorle e lamponi

Sapori, consistenze e colori a contrasto in una piccola delizia... 94

IL TOCCO IN PIÙ

Salsa di soia

Il suo gusto straordinariamente intenso assicura un tocco d'Oriente a carni e verdure. In poche gocce... 108

Evasioni

L'INVITO

Picnic d'autunno

Come unire il piacere della buona cucina al divertente del mangiar all'aperto. Anche fuori stagione... 18

48



62



32



Sale&Pepe è su Facebook!

Venite a trovarci su facebook.com/saleepepemagazine per scambiare idee, ricette e foto con la redazione e i lettori più appassionati.



96

TAPPE DEL GUSTO

Funghi d'Appennino

A zonzo per piccoli borghi, inseguendo le sagre di porcini&Co.80

LUOGHI ECCELLENTI

Genova da scoprire

Piccolo itinerario tra il centro storico e il Porto Antico. Con un bonus di ricette e indirizzi golosi100

Scuola

SCELTI DA SALE&PEPE

Superchef da crociera

Simone Pinato interpreta con eleganza la paella de mariscos43

LE TECNICHE

La sfoglia, i cannoncini

Come preparare la pasta multistrato e la sua più golosa interpretazione.....96



71



100

LA RICETTA GOURMET

I cjalzons friulani

I tipici tortelli della Carnia, con il loro ripieno appena dolce e speziato, spiegati step by step...112

Rubriche

BUONE LETTURE

Scelte con passione per essere divorate
Riso, legumi e dolci al cucchiaino...30

A PROPOSITO DI VINO

I consigli del sommelier
Con le trippe.....41

FOODBLOGGER

Tutto il buono del web
Baccelli da cliccare.....57

MADE IN ITALY

Conoscere e gustare le eccellenze
Speck Alto Adige59

DETTAGLI DI STILE

Decorì per rendere più bella la casa
Alzatina di uva e prugne.....69

L'UTILE E IL DILETTEVOLE

Oggetti e attrezzi per la cucina
Padelle preziose71

ASSAGGI

Sapori e profumi dal mondo
Insalata Waldorf.....117

Hanno collaborato con noi a Ottobre



DINA BIANCOTTO

Titolare dell'Hotel Bellavista di Ravascletto (Udine) e chef nel ristorante dell'albergo, tiene corsi di cucina tradizionale friulana. Dove non possono mancare i classici cjalzons, che spieghiamo a pag. 112.

FRANCESCO PISANI

La riscoperta della trippa passa per le poche botteghe storiche sopravvissute alle mode. Come la Casana di Genova, oggi gestita da Francesco Pisani, dove abbiamo realizzato il servizio di pag. 32.



SIMONE PINATO

Non ancora trentenne e un curriculum di tutto rispetto alle spalle, è corporate chef per MSC Crociere e responsabile dei ristoranti di bordo à la carte. Pag. 43





IL GRANDE DESIGN
APRE LE PORTE AL COLORE.

OGGI È VERO ANCHE IN CUCINA.
PRIMAVERA COLORS.



Colors, una delle cinque anime di Primavera, la linea di cucine disegnata da Matteo Thun e Antonio Rodriguez. Colors è la scelta di chi vuole differenziare il proprio modo di abitare accostando fantasia e colore. L'intera linea Primavera è una nuova idea di cucina, un progetto di design unico in cinque stili diversi per esaudire le aspettative e i desideri più personali.

SEGUICI SU:     febal.com



febal
COME NESSUNA.

Cooking Chef Kenwood il tuttofare in cucina

POTETE USARLO PER
TRITARE, MONTARE,
IMPASTARE, FRULLARE,
MA ANCHE PER CUCINARE.
BASTA IMPOSTARE
TEMPERATURA E VELOCITÀ
DI MESCOLAMENTO E LUI
LAVORA AL VOSTRO POSTO



UN FUORICLASSE GASTRONOMICO

Cooking Chef è uno strumento innovativo, che vi fa risparmiare tempo e fatica, con risultati sorprendenti. Avrete a che fare con uno chef che trita, monta, sminuzza, frulla, grattugia e che cuoce, anche al vapore, rosola e brasa, facendo tutto da solo.



STENDE LA PASTA

Impastate 400 g di farina e 4 uova con il gancio impastatore; poi passatela, poca alla volta, nella sfogliatrice, partendo dalla tacca più larga e stringendo sempre, fino alla penultima tacca.



CUOCE RAGÙ E BRASATI

Preparate il soffritto con gli aromi prescelti, poi unite le carni, mescolando con il gancio a spirale con spatola. Versate il vino, fatelo evaporare. Poi portate a cottura a bassa temperatura.



GRATTUGIA

Il tagliaverdure a rulli è un utile optional perché, con i suoi cilindri, vi taglia verdure, formaggi, frutta secca, cioccolato, ecc. E ha un apposito rullo per grattugiare il formaggio.



Seguici su Facebook
<http://www.facebook.com/KenwoodClubItalia>

FUSILLI FRESCHI CON SUGO DI POLPETTINE RIPIENE

PER 4 PERSONE

250 g di farina 0 + quella per infarinare
le polpette - 3 uova - 300 g di polpa
di manzo - 100 g di salsiccia - 50 g
di parmigiano reggiano - prezzemolo
- 1-2 fette di pane in cassetta -
1 bicchiere di latte - 1 scamorza
- 600 g di pomodori pelati a pezzetti -
1 cipolla - basilico - olio extravergine di
oliva - olio di semi di arachidi
- 2 spicchio d'aglio - sale e pepe

● **1** Versate la farina e 2 uova nel recipiente di Cooking Chef e azionatelo per un minuto con il gancio impastatore: dovrete ottenere delle briciole.

● **2** Montate il torchio con la trafilatura per fusilli di Cooking Chef. Versate gradualmente l'impasto sbriciolato nell'imboccatura e, man mano che esce la pasta dalla trafilatura, ricavate fusilli di 5-6 cm di lunghezza.

● **3** Schiacciate gli spicchi d'aglio con la lama, tenuta piatta, di un coltello grande e spellateli. Spellate anche la cipolla con un coltellino ben affilato e tagliatela a pezzi. Tritate aglio e cipolla, separatamente, nel tritatutto di Cooking Chef.

● **4** Spellate la salsiccia e macinatela con la carne di manzo nel tritacarne di Cooking Chef. Incorporate 1 spicchio d'aglio tritato, il parmigiano reggiano grattugiato, l'uovo, un ciuffo di prezzemolo tritato, il pane senza crosta, ammorbidito nel latte e ben strizzato, sale e pepe. Mescolate, fino a ottenere un composto omogeneo. Prelevate il composto a cucchiaini e ricavate tante polpette grandi come più o meno una noce, fate un incavo al centro di ciascuna e farcitela con un dadino di scamorza.

● **5** Fate rotolare le polpette in un po' di farina e friggetele per pochi minuti in abbondante olio di semi di arachidi ben caldo. Sgocciolatele su carta assorbente da cucina. Nella ciotola di Cooking Chef rosolate con il gancio a mezzaluna l'aglio rimasto e la cipolla tritati con l'olio extravergine a 110° e velocità di mescolamento (1) per 1-2 minuti. Unite i pomodori pelati spezzettati e cuocete per circa 20-25 minuti.

● **6** Spegnete Cooking Chef, togliete il gancio, regolate di sale e pepe e frullate il sugo nel frullatore di Cooking Chef, versando a filo 2-3 cucchiai di olio extravergine; aggiungete al sugo le polpette e il basilico spezzettato. Cuocete la pasta al dente in acqua bollente salata, scolatela, conditela con il sugo di polpette, decorate con foglie di basilico e servite.



Fatti in casa senza fatica

Cooking Chef prepara per voi tanti diversi formati di pasta fresca con l'apposito torchio con trafilatura, tutti accessori acquistabili separatamente. Oltre ai fusilli, potete creare anche maccheroncini, pappardelle, bucatini, pasta alla chitarra...

INDICE

LE RICETTE DI OTTOBRE 2012

ANTIPASTI

Acciughe al verde	101
Fichi in agrodolce	26
Piccoli soda bread allo yogurt	20
Potato sandwich	15
Tartara tiepida di rombo e zucchine al curry	63
Tatin di carote al coriandolo	110
Toast caldi allo speck e toma	60

PRIMI

Gjalzons alle erbe aromatiche	113
La buzzega, zuppa di legumi misti	52
Paella de marisson con pesce e frutti di mare	44
Panissa vercellese	79
Riso alla rovigina	77
Riso con castagne alla pavese	76
Riso saltato con lenticchie di Castelluccio	53
Risotto alla vogherese	75
Risotto veronese all'isolana	76
Trenette al pesto	102
Zuppa alle nocciole	26
Zuppa gialla (Appennino toscano emiliano)	82

SECONDI

Busecca milanese	36
Centopelle fritto	37
Fagiolino del Trasimeno con cozze e vongole	51
Filetto di sogliola gratinati con sughero di cannellini	68
Frittino di sogliole, limoni e melanzane con salsa aioli	64
Polpettone ai fagiolini	106
Polpettone con il buco	16
Puntine di maiale glassate	110

Rombo al forno alla bottarga	67
Rombo con funghi e patate al pesto di lardo	64
Sogliola alla mugnaia con crema di polenta	67
Stocco con cardoncelli	82
Trippa al verde ligure	37
Trippa alla montalcinese	35
Trippa alla napoletana	33
Trippa alla romana	33
Trippa impanata frita	39
Uccelletti scappati al ginepro	26

CONTORNI

Cipolle ripiene di magro	26
Fagioli in forno	50
Funghi marinati	82
Nuova insalata Waldorf	118
Padellata di verdure al miele	110

DESSERT

Barattolini cioccofrutta	28
Bicchierini all'amaretto	14
Biscotti farciti alla crema	91
Brownies cioccolato, pistacchi e zucchero scuro	28
Cannoncini	98
Caprese al cioccolato bianco	14
Ciambella glassata	90
Confettura di frutta	16
Coppa di crema in bianco	92
Pere martine sciropate	28
Sfoglia classica	97
Tarte alla ricotta	93
Tazzine al cioccolato	14
Torta morbida al gianduia con caramello	87
Tortino di mandorle e lamponi	95
Truffe semifreddo al rum	88

DISPONIBILE L'INDICE DELLE RICETTE 2011

Richiedetelo via posta, fax o e-mail a "Servizio indici", Sale&Pepe, Arnoldo Mondadori Editore, 20090 Segrate (Mi); fax: 02/75422683; e-mail: salepepe@mondadori.it.

L'indice delle ricette 2011 è disponibile in versione elettronica e cartacea: verrà spedito gratuitamente ai lettori che ne faranno richiesta specificando nominativo e indirizzo.

INDIRIZZI

- 100fa, www.100famiano.it
- Armani Casa, www.armani.com
- Ballarini, www.ballarini.it
- Bitossi, www.bitossihome.it
- Blanc Mariclo, www.blancmariclo.com
- Cargo High Tech, www.high-technilano.com
- Carlo Moretti distr. da B. Morone, www.bmorone.it
- Caterina Von Weiss, www.caterinavonweiss.com
- Ceramica Tagina, 800 177302
- Coin, www.coin.it
- Dedar, www.dedar.com
- De Buyer, distr. da Arcucci Trade, www.arcuccitrade.it
- De Castelli, www.decastelli.it
- Diade, www.diade.it
- Farrow and Ball, www.farrow-ball.com
- Fiorirà un giardino, www.fiorirungiardino.it, via Galileo Galilei 10, Buttrio (UD), 0432 602332
- Galleria Luisa Delle Piane, www.gallerialuisadellepiane.it
- Ittala, www.ittala.com
- Jannelli & Volpi, www.jannellivolpi.it
- Künzi, www.kunzi.it
- Laboratorio Pesaro, www.lpdesignfactory.it
- La fabbrica del lino, www.lafabbricadelino.it
- La fabbrica del verde, www.lafabbricadelverde.it
- Legno Art, www.legnoart.it
- Le stanze della memoria, www.lestanzedellamemoria.it
- Lineasette, www.lineasette.eu
- Mauro Bolognesi, www.maurobolognesi.it
- Maxwell&Williams, www.maxwellandwilliams.it
- Medagliani, www.medagliani.it
- Mayer-Mayor, 010 2470293
- Nella Longari, www.nellalongari.it
- Quagliotti, www.quagliotti1993.it
- Rina Menardi, www.rinamenardi.it
- Sciortino, www.antoniosciortino.com
- Semeraro, www.semeraro.it
- Serafino Zani, www.serafinozani.it
- Sfera, www.ricordi-sfera.it, 02 36552390
- Society, www.societytimonta.com
- Stanley, www.stanley-pmi.com
- Tvs, www.tvs-spa.it
- Unomi, www.unomi.it

Wonder Cakes®



*My WonderCake Classic:
stupisci con 3 piani d'eleganza!*



Una torta da sogno per ogni occasione.

My WonderCake Classic, il kit di 3 stampi in silicone con cui il famosissimo **cake designer Renato Ardivino** ha realizzato le basi di questa meravigliosa torta a piani, decorata con i nuovi prodotti della linea Wonder Cakes.

La confezione contiene all'interno l'esclusivo ricettario.



Scopri tutti i prodotti
per la decorazione
della linea **Wonder Cakes!**

MADE IN ITALY

silikomart®



www.silikomart.com

Silikomart S.r.l. • Mellaredo di Pianiga (VE) Italy • Tel +39 041 5190550

Simone Rugiati • Chef



Bastano pochi spiccioli, una famiglia molto affamata e mezze maniche alle 2 zucche per tutti.
Stasera ceniamo insieme con Coca-Cola!

Scopri tutte le ricette su [YouTube.com/CeniamoInsieme](https://www.youtube.com/CeniamoInsieme)



Coca-Cola, Cola-Cola Zero, Coca-Cola light e la bottiglia contour sono marchi registrati della The Coca-Cola Company. Coca-Cola Zero e Coca-Cola light sono bevande analcoliche senza zuccheri.

Stappa la felicità.



A Milano con Sale&Pepe

**DAL 26 AL 30 SETTEMBRE,
APPUNTAMENTO IN PIAZZA
LIBERTY CON CORSI DI
CUCINA, GARE CULINARIE E
INCONTRI CON GRANDI
CHEF. TUTTO GRATUITO**



**FOOD
EXPERIENCE
MONDADORI**

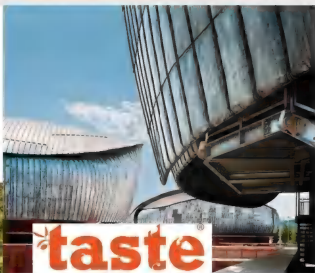
Una nuova kermesse culinaria d'eccezione prende il via a Milano a fine settembre: Food Experience, il 1° Festival enogastronomico di Mondadori (26-30 settembre, piazza Liberty). Cinque giornate piene di appuntamenti gustosi e divertenti, tutti gratuiti. A cominciare dai corsi della Scuola di cucina di Sale&Pepe, ispirati all'autunno. In programma, tra l'altro, laboratori educativi in collaborazione con il Comune di Milano e sfide in cucina che avranno per giudice chef famosi e vedranno in gara quattro categorie: blogger, giornalisti, adulti e bambini. La nostra cucina regionale sarà protagonista di showcooking condotti da cuochi stellati, che si cimenteranno con le eccellenze del made in Italy. Ogni giorno i giornalisti delle nostre testate di cucina presenteranno un esperto del mondo del food (dagli chef ai cake designer) e le sue creazioni. In occasione della Milano Food Experience, il Consorzio Tutela Grana Padano continuerà la raccolta fondi a favore dei Comuni terremotati di Lombardia ed Emilia, promuovendo la vendita del Grana Padano solidale. Per ogni chilo di Grana Padano venduto, il Consorzio devolverà 1 euro per la ricostruzione. Informazioni e prenotazioni: telefono 02 75423300, tutti i giorni dalle ore 10 alle 12 e dalle ore 16 alle 18.



AL VIA LA PRIMA EDIZIONE DI TASTE OF ROMA

Dopo tre edizioni di grande successo a Milano, il festival della cucina d'eccellenza arriva nella Capitale. Dal 20 al 23 settembre Taste of Roma riunirà 12 tra i migliori chef della città, che presenteranno i loro piatti in versione assaggio. In più, gli esclusivi corsi di cucina della Scuola di Sale&Pepe con gli chef Congusto. www.tasteofroma.it

Qui sotto, gli chef di Taste of Roma. A destra, l'Auditorium Parco della Musica di Roma.



taste
OF ROMA

Partner
sale pepe
Taste of Roma
20-23 settembre 2012

Alce Nero. Una parte di te.

CHI SIAMO? ALCE NERO È UN'AZIENDA
DI PRODOTTI CHE RISPETTIAMO IL RITMO
DELLA NATURA, LE STORIE E LE MANI CHE
LA SALVANO. BUCHE CEGLIAMO NELLA
TERRA CHE RESISTE PIÙ PROTETTA
PER MANIPOLARLA SOSTA E VELCA DAI
IL LUMINO. NOI VNE SCEGLIAMO DI
MANCIARE SANO, PERCHÉ SUGGERIAMO
ALCE NERO.

INVIAMMO A TUTTO MONDO.
IL NOSTRO PRODOTTO È UNO DEI MIGLIORI.



IL BUONO DEL BIOLOGICO
DAL 1978

www.alcenero.com

Caprese in bianco

**UNA VERSIONE ULTRAGOLOSA
DELLA TORTA PARTENOPEA
E TANTE SORPRENDENTI BONTÀ,
DAL POLPETTONE CON IL BUCO
ALLE PATATE SANDWICH**

ritratto di Michele Tabozzi, foto delle ricette Francesca Moscheni, in cucina Antonella Pavanello



Laura Maragliano

Molti dolci sono nati per errore, altri per una felice intuizione. Il panettone e la tarte tatin sono esempi illustri (se la leggenda è vera) di sviste clamorose e la torta caprese non è da meno, se è vero che Carmine di Fiore, un cuoco di Capri degli anni venti, dimenticò di mettere la farina in una torta di mandorle e cioccolato. Preparo raramente la caprese, ma quando mi capita uso la ricetta di Lina, una ragazza napoletana doc che per qualche tempo ha transitato per casa mia. Ed è lei che portandomi dalla sua terra dei limoni bellissimi mi ha ricordato che esiste una variante chiara della famosa torta, che contempla l'uso di questi agrumi e del cioccolato bianco al posto di quello nero. Per un capolavoro del genere ci si può rifare alla tradizione pasticceria sorrentina e amalfitana ricca di dolci con i limoni, già serviti nei banchetti al tempo del regno di Napoli. Ma il lampo di genio, l'intuizione sicuramente moderna, che ha trasformato questa torta in un raffinato prodotto di pasticceria, è stata l'unione del cioccolato con i limoni, meraviglioso prodotto del territorio. A dare lustro a questa caprese è stato Salvatore De Riso, l'ormai famoso pasticcere di Minori che la prepara in versione completamente mediterranea, ossia con l'olio al posto del burro e con scorze di limone candite oltre che fresche. La ricetta che vi presento non è la sua, ma è frutto di una disfida di redazione che ci ha visto per qualche giorno in preda agli assaggi più disparati. Ha vinto Monica con questa felice e golosa versione.

> segue a pag. 14



CAPRESE AL CIOCCOLATO BIANCO

PER 12 PERSONE

200 g di mandorle spellate - 200 g di cioccolato bianco - 5 uova - 150 g di zucchero semolato - 150 g di burro - 4 limoni non trattati - 1 bicchierino di limoncello - 1 bustina di zucchero a velo - 1 cucchiaino di mandorle a lamelle - qualche fogliolina di menta

1 Frullate le mandorle con il cioccolato e lo zucchero semolato. Quindi aggiungete il burro a fiocchetti e frullate di nuovo. Versate il tutto in una ciotola e unite le uova una alla volta, il limoncello, la scorza grattugiata di 3 limoni e 3 cucchiaini di succo mescolando fino a ottenere un composto omogeneo.

2 Foderate una tortiera di 26 cm di diametro con carta da forno bagnata e strizzata, versatevi l'impasto e cuocete in forno caldo a 180° per 1 ora. Lasciate riposare la torta a temperatura ambiente fino al giorno successivo.

3 Con una mandolina prelevate la scorza del limone rimasto in modo da ottenere dei pezzetti ovali. Disponete la caprese su un piatto da portata, spolverizzatela con lo zucchero a velo, distribuitevi sopra le scorzette e le mandorle a lamelle e completate con le foglioline di menta. Se avanza un po' di torta, conservatela in frigorifero.



1 Questo dessert irresistibile raggiunge il suo pieno sapore dopo almeno 12 ore di riposo e va quindi cucinato il giorno prima. In compenso, per prepararlo ci vogliono solo 5 minuti. Il primo passaggio è tutto al mixer, dove si frullano mandorle, zucchero, cioccolato bianco e burro.

2 In seconda battuta, si aggiungono a mano le uova, il succo e la scorza dei limoni e poco limoncello.

3 Per la cottura è bene foderare la teglia con carta da forno inumidita, da ritagliare lungo il bordo in modo che le eccedenze non brucino.





Con la crema di marroni

Tipica golosità autunnale, la crema di marroni è un ingrediente perfetto per preparare tante piccole delizie da gustare al cucchiaino. Per 6-8 persone basta un vasetto da 200 g, un po' di panna e di cioccolato, poco caffè e qualche complemento croccante.

Bicchierini all'amaretto. Imbevete 16 mini amaretti in poco caffè e poi sbriciolateli. Mescolate 300 g di crema di marroni con 100 ml di panna montata. Disponete i due preparati a strati in 8 bicchierini a cilindro, aggiungendo anche un po' di panna montata e qualche mini meringa. Decorate con mini amaretti e biscottini ricoperti, tipo Mikado.

Tazzine al cioccolato. Sciogliete a fuoco lento 50 g di cioccolato fondente in 50 ml di panna, aggiungete 4 g di gelatina in fogli (ammollati in acqua e strizzati) e mescolate con 200 g di crema di marroni. Lasciate raffreddare, unite 200 g di panna montata, distribuite il composto in 8 tazzine da caffè e passate in frigo per 6 ore. Completate con un po' di cioccolato fuso e frutta secca tritata.

Potato sandwich

Gustosa, di grande soddisfazione, è una ricetta made in Usa rivisitata all'italiana. Si presta come antipasto robusto o secondo sfizioso, ma anche per una cena a buffet o un brunch domenicale. Procuratevi 9 patate di dimensioni simili e non troppo grandi, sbucciatele e lessatele al dente in acqua bollente. Sgocciolatele, sistematele su una teglia foderata con carta da forno, salatele e irroratele con poco olio. Lavorate 30 g di burro con sale e pepe. Cuocete le patate in forno caldo a 200° per 15 minuti, quindi spennellatele con il burro preparato e proseguite la cottura per 5 minuti. Tagliate le patate a metà nel senso della lunghezza, prelevate un po' di polpa dal centro, schiacciatela e distribuitela in 3 ciurline. Nella prima aggiungete 50 g di speck a fettine e un po' di salvia tritata, nella seconda 100 g di funghi trifolati ridotti a pezzettini e 100 g di fontina a cubetti, nella terza una dadolata di 120 g di mozzarella e 5 pomodori ciliegini. Farcite 3 patate con ogni preparato e scaldate in forno per 5 minuti.





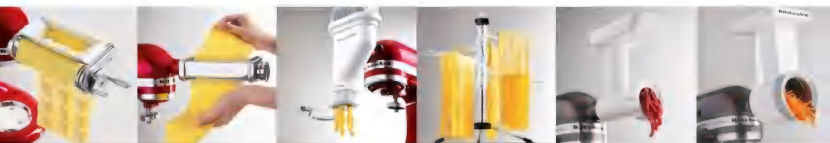
Polpettone con il buco

La forma a ciambella, esaltata da un trionfo di verdure croccanti, è un'idea geniale rubata in campagna. Una preparazione rustica, ma di grande effetto scenico, che rivaluta il polpettone e lo rende ideale persino da invito. Mescolate 600 g di carne macinata mista (maiale e vitello) con 200 g di mortadella tritata finemente, 1 uovo, 100 g di mollica di pane ammorbidita in poco latte, 2 spicchi d'aglio e un po' di prezzemolo tritati, 1 pizzico di noce moscata, sale e pepe. Trasferite il composto in uno stampo a ciambella di 24 cm di diametro imburato e spolverizzato con pangrattato, copritelo con un foglio di alluminio e cuocetelo in forno caldo 180° per 45 minuti. Quindi togliete l'alluminio, proseguite la cottura per 15 minuti o finché la superficie del polpettone sarà croccante e poi lasciate intiepidire. Intanto, saltare al burro un mix di ortaggi lessati al dente (per esempio zucchine, carote, zucca, porri e cime di cavolfiore). Disponetele al centro del polpettone e servite. Al posto delle verdure, è perfetto anche un bel puré con sopra un po' di funghi trifolati.

Pectina fai da te

Per dare alle confetture una consistenza ideale, bisogna aggiungere un po' di pectina, una sostanza naturale che si trova nella frutta e che in dosi concentrate ha potere addensante. Di solito la si acquista nei supermercati, ma si può estrarla facilmente anche in modo artigianale. Affettate 5 kg di mele non troppo mature, torsolo e buccia compresi, irroratele con il succo di 3 limoni e fatele cuocere per 1 ora coperte a filo di acqua. Appoggiate uno scolapasta su una pentola, foderatelo con un canovaccio, versatevi le mele cotte e lasciate sgocciolare per almeno 12 ore. Cuocete il liquido ottenuto a fuoco basso finché si sarà ridotto a 1/2 litro. Versatelo in 5 vasetti da 100 ml, chiudeteli ermeticamente e sterilizzateli facendoli bollire in acqua per 30 minuti. Si conservano in dispensa fino a 4 mesi. Per preparare la confettura, mettete in una pentola 1 kg di frutta a pezzetti, 1 vasetto di pectina e almeno 200 g di zucchero (fino a 1 kg, secondo i gusti), fate cuocere per 5 minuti e invasate come descritto per la pectina.





IL COLORE DELLA CREATIVITÀ.

Mescola, affetta, trita, macina, setaccia, spremi, monta, impasta il pane, tira la sfoglia... e questo è solo l'inizio. Soddisfa il tuo appetito creativo con il robot da cucina KitchenAid: inventa qualcosa di davvero speciale.

SCOPRI TUTTI GLI ACCESSORI SU www.kitchenaid.it

Gli accessori illustrati sono disponibili separatamente.

KitchenAid



Ottobre, ultime giornate tiepide della stagione, con cielo terso e aria frizzante, che consentono di organizzare ancora un picnic nel giardino della casa di campagna, sul grande tavolo all'aperto. Nel menu tanti piatti saporosi e compiuti, per nulla scontati, che sorprendono chi si aspetta i classici panini e torte salate. Ovviamente niente stoviglie di plastica, ma porcellane e ceramiche da trasportare nei cesti di vimini e un plaid sempre a portata di mano per i freddolosi. Mentre dalla cucina arrivano posate, piatti e bicchieri, i più affamati scovano in frigorifero un vasetto di fichi in agrodolce appena preparato e una formaggella semistagionata di capra: detto fatto, in pochi istanti ecco pronto un antipasto semplice, buono e sfizioso. Per presentarlo in una veste inattesa, basta tagliare in senso orizzontale un grande pane a lievitazione naturale e usare la base come fragrante vassoio su cui posare le fettine di chèvre e i frutti in conserva. Si presentano invece in formato canonico, ma sorprendenti al palato, le piccole pagnotte di soda bread alle erbe aromatiche, che sposano a meraviglia un formaggio di mucca a pasta morbida.

> segue a pag. 23

Picnic d'autunno

TANTE GOLOSE CREAZIONI DI AUREA
SEMPlicità E PERFETTA ESECUZIONE.
PREPARATE RIGOROSAMENTE IN ANTICIPO
PER CELEBRARE IL RITO EN PLEIN AIR
IN UNA GLORIOSA GIORNATA DI OTTOBRE

a cura di Enza D'lessandri, ricette di Alessandra Avallone, foto di Stefania
Sainaghi, styling di Monica Cattaneo, scelta dei vini di Sandro Sangiorgi





Zuppa alle nocciole

pag. 24



PICCOLI SODA BREAD ALLO YOGURT

In un'ampia ciotola mescolate 450 g di farina 0 con 2 cucchiaini di bicarbonato di soda e 2 prese di sale. Tritate finemente una piccola manciata di erbe miste (salvia, rosmarino, basilico o timo) e unitela alla farina incorporando, se vi piace, 50 g di parmigiano reggiano grattugiato. Formate un pozzetto al centro degli ingredienti e versate un cucchiaio di olio extravergine d'oliva, uno di miele millefiori, 2 dl di latte e 3 dl di yogurt. Impastate nella ciotola fino a ottenere una consistenza soffice. Trasferite la pasta sul piano di lavoro infarinato e lavoratela per 5 minuti; quando è liscia, stendetela all'altezza di 2 cm e tagliatela a triangoli. Trasferite i panini su una placca rivestita con la carta da forno, e spennellate la superficie con un dl di latte. Cuocete i soda bread nel forno caldo a 200° per 30-35 minuti.

Servite i soda bread caldi o freddi il giorno stesso in cui li avete preparati. Potete accompagnarli con un formaggio a pasta morbida di latte vaccino o misto dal gusto poco intenso, in modo da non coprire la fragranza delle erbe aromatiche aggiunte nell'impasto del pane.



Mug (cappuccino) Shapley.
Indirizzo a pagina 8

Fichi in agrodolce

pag. 24





Uccelletti scappati
al ginepro pag. 24

**Cipolle ripiene
di magro** pag. 24



> segue da pag. 18

Dopo gli antipasti, che con la loro semplicità immediata riportano ancora un'eco estiva, ecco una zuppa alle nocciole decisamente autunnale (nelle pagine precedenti). È servita in versione "da passeggio", nei mug termici e riscalda le mani e i cuori. Altrettanto perfetti per un picnic sono gli uccelletti scappati, nati come ironico ripiego a sfortunate battute di caccia perché ricordano nella forma i piccoli volatili. Si preparano in anticipo, sono ottimi anche tiepidi e si gustano senza posate, approfittando degli stecchini di legno che li fermano due a due. Per chi non ama la carne o ha ancora una piccola fame arrivano in soccorso le cipolle ripiene al gratin, che nascondono una golosa farcia di tonno e un minuscolo uovo sodo di quaglia.

> segue a pag. 24





Barattolini
cioccofrutta pag. 19



Pere martine
sciropate pag. 26

> segue da pag. 23

Dopo un gustoso zapping tra formaggi, carne e verdura, grandi e piccoli reclamano a gran voce il dessert. Si comincia con un piccolo comfort food, portato in tavola direttamente nella pentola di cottura, come si addice al più informale dei pranzi: nel recipiente ancora tiepido tante pere martine siedono nel loro sciroppo profumato di alloro e cannella, che comunica ai frutti fragranza e morbidezza. È la variante senz'alcool, e con pochissime calorie, delle tradizionali pere al vino rosso piemontesi e sigilla il pasto per le signore più attente alla linea. I supergolosi afferrano invece il cucchiaino e puntano dritti sui barattolini cioccofrutta: lo strato di crema al cioccolato è una tentazione irresistibile e completa con il suo tocco dolceamaro i cubetti di pesche e pere sciropate sistemati sul fondo dei vasetti. In un baleno anche l'ultimo barattolino è finito, ma per gli amanti del cioccolato c'è l'ultima, golosa sorpresa dei brownies cosparsi con pistacchi sminuzzati per creare un piccolo, prezioso contrasto di colori e consistenze. L'idea picnic è quella di trasportarli e servirli direttamente nella teglia di cottura, tagliando il dolce a quadrotti solo all'ultimo momento.



Brownies cioccolato pistacchi
e zucchero scuro pag. 26

ZUPPA ALLE NOCCIOLE

PER 8 PERSONE

100 g di nocciole tostate - 2 litri di brodo di pollo sgrassato
- 2 porri - 2 carote - 1 rapa - 1 cipolla dorata - 100 g di sedano
rapa pulito - noce moscata
- 1 chiodo di garofano - olio
extravergine d'oliva - sale - pepe

- 1 Privare i porri della guaina esterna, raschiare le carote, sbucciare la rapa e la cipolla e tagliare tutto a dadini con il sedano rapa. Soffriggete i cubetti di verdura in una casseruola con 2 cucchiaini di olio, profumandoli con un pizzico di noce moscata e il chiodo di garofano pestato. Salate, pepate, versate il brodo e cuocate per 20 minuti a pentola semicoperta.
- 2 Sminuzzate le nocciole, tenetene da parte 2 cucchiaini e unite le altre alla zuppa. Cuocate ancora per 10 minuti, poi frullate la zuppa a crema con un frullatore a immersione, regolate di sale e pepe e servite la zuppa con il trito di nocciole tenuto da parte.

FACILE

● Preparazione 15 minuti ● Cottura 35 minuti ● 145 cal/porzione

FICHI IN AGRODOLCE

PER UN VASO DA 500 g

12 fichi neri e verdi, maturi ma sordi - 100 g di zucchero di canna
- 1 l di aceto di mele - 1 l di vino bianco - 2 foglie di alloro - 12 grani di pepe nero

- 1 Lavate i fichi e fateli asciugare. Intanto portate a ebollizione un dl di acqua con il vino, l'aceto, lo zucchero, l'alloro, il pepe e cuocate per 10 minuti a fiamma minima.
- 2 Bucherellate i fichi con un ago, immergeteli nell'agrodolce, cuocete per 5 minuti e trasferiteli in un vaso da 500 g senza schiacciarli. Versate sui fichi l'agrodolce bollente, chiudete ermeticamente e lasciate raffreddare.
- 3 Fate ripescare i fichi nell'agrodolce in frigorifero per un giorno prima di servirli e consumarli in giornata servendoli con un formaggio di capra semisgrassato e pane casereccio.

FACILISSIMA

● Preparazione 15 minuti ● Cottura 15 minuti ● 523 cal/porzione

UCCELLETTI SCAPPATI AL GINEPRO

PER 8 PERSONE

16 fettine di magafello di vitello
- 2 rametti di salvia - 1 scalogno
- 1/2 carota - 1/2 costola sottile di sedano - 6 bacche di ginepro
- 1 bicchiere di vino bianco - olio
extravergine d'oliva - sale
per il ripieno: 3 fette di pancarrè
- 4 fette di pancetta affumicata - 10 g di funghi porcini secchi - 1 spicchio di aglio - 1 mazzetto di prezzemolo - sale - pepe

- 1 Fate rinvenire i funghi in acqua tiepida, strizzateli e tritateli finemente. Tritate la pancetta, rosolatela in padella senza grassi, unite i funghi, qualche cucchiaino di acqua, poi pepate e cuocete finché i funghi sono teneri, aggiungendo un trito finissimo di aglio e prezzemolo. Incorporate il pane sbriciolato e salate.
- 2 Battete le fettine di carne, salatele leggermente, farcitele con il ripieno preparato e arrotolatele. Abbinate gli involtini con una foglia di salvia al cymiro, fissandoli con gli stecchini.
- 3 Preparate un trito fine di scalogno, carota, sedano e la salvia rimasta e soffriggetelo in un'ampia padella con 2 cucchiaini di olio e le bacche di ginepro. Rosolate la carne nella padella, bagnatela con il vino, fate sfumare e cuocete ancora per 5 minuti. Trasferite la carne in un piatto e fatela raffreddare. Diluite il fondo di cottura con mezzo bicchiere di acqua, staccando le parti attaccate alla padella, fatelo addensare e versatelo sulla carne. Servite la carne calda o fredda.

FACILE

● Preparazione 30 minuti ● Cottura 20 minuti ● 165 cal/porzione

CIPOLLE RIPIENE DI MAGRO

PER 8 PERSONE

4 cipolle bianche - aceto - 3 cucchiaini di pane grattugiato - olio extravergine d'oliva - sale
per il ripieno: 100 g di tonno sott'olio, sgocciolato - 1 albume
- 1 fetta di pancarrè raffermo - latte - aceto - 1 mazzetto di erba cipollina e/o dragoncello - 16 uova di quaglia sode - sale - pepe

- 1 Riempite una casseruola di acqua, aggiungete un pizzico di sale, mezzo bicchiere di aceto e portate a bollore. Sbucciate le cipolle, cuocetele nell'acqua per 10 minuti, scolatele e separate delicatamente gli strati. Tenetene da parte 16, calcolando che quelli grandi, più esterni possono essere divisi a metà.
- 2 Frullate il tonno con l'albume, il pancarrè imbevuto nel latte e leggermente strizzato, aggiungete qualche goccia di aceto, sale, pepe e le erbe tritate. Farcite ogni "foglia" di cipolla con un velo di crema di tonno, mettete al centro un uovo di quaglia sodo e sgusciato, poi richiudete la foglia di cipolla.
- 3 Allineate man mano le cipolle pronte in una pirofila unta d'olio e, quando la teglia è completa, cospargete di pane grattugiato, irrorate con 2-3 cucchiaini di olio e cuocate per 30 minuti nel forno a 180°. Servite le cipolle fredde o calde.

MEDIA

● Preparazione 40 minuti ● Cottura 40 minuti ● 145 cal/porzione

Da 80 anni un mondo di magia



Chi fa dolci il ciel l'aiuta.

Lievito Pane degli Angeli.

Magia? È nello sguardo dei tuoi bambini ogni volta che porti in tavola la tua torta così ben lievitata. Per questo siamo insieme, da 80 anni.



BARATTOLINI CIOCCOFRUTTA

PER 8 VASETTI DA 2 DL L'UNO

1 litro di latte - 80 g di farina -
25 g di cacao amaro - 120 g di
zucchero - 150 g di cioccolato
amaro - 40 g di burro - 2 pesche
sciropate - 2 pere sciropate

- 1 Frullate a bassa velocità il latte con la farina, il cacao e lo zucchero, poi mettetelo sul fuoco mescolando costantemente finché la crema raggiunge l'ebollizione e si addensa. Fuori dal fuoco incorporate il cioccolato a pezzetti, il burro e mescolate fino a ottenere una crema liscia e omogenea.
- 2 Tagliate la frutta sciropata a dadini, divideteli in 2 vasetti da 2 dl, copriteli con il budino tiepido e fate raffreddare la crema prima di chiudere i vasetti e conservarli in frigorifero fino al momento di servire. Si conservano al freddo fino al giorno successivo.

FACILE

● Preparazione 15 minuti ● Cottura 10 minuti ● 340 cal/vasetto

PERE MARTINE SCIROPPATE

PER 8 PERSONE

12-16 pere martin sec - 2
stacche di cannella - 100 g di
zucchero di canna chiaro - 1
limone - 1 foglia di alloro

- 1 Ponete sul fuoco una bassanella dai bordi alti, versate 7 dl di acqua e aggiungete la cannella, lo zucchero e l'alloro. Lavate con cura le pere, immergetele nell'acqua aromatizzata, portate a ebollizione e cuocete a fiamma minima e a pentola semicoperta per 45 minuti, aggiungendo il succo del limone a metà cottura.
- 2 Lasciate restringere lo sciroppo senza fare asciugare le pere, poi fatele raffreddare e trasferitele in frigorifero per qualche ora. Servitele da sole o con fette di pane ciseruccio da inzuppare nello sciroppo e un formaggio fresco come una ricotta di mucca.

FACILISSIMA

● Preparazione 10 minuti ● Cottura 50 minuti ● 70 cal/porzione

BROWNIES CIOCCOLATO PISTACCHI E ZUCCHERO SCURO

PER 8 PERSONE

120 g di farina - 1/2 cucchiaino
di lievito per dolci - 300 g di
cioccolato fondente - 200 g
di burro - 4 uova - 100 g di
zucchero semolato - 150 g di
zucchero di canna - 20 g di
cacao amaro - 50 g di pistacchi
- sale

- 1 Foderate uno stampo rettangolare di 20x30 cm con la carta da forno. Fate fondere a bagnomaria 200 g di cioccolato con il burro tagliato a pezzetti, mescolate fino a renderlo cremoso e lasciate intiepidire.
- 2 Riunite in una ciotola la uova, i 2 tipi di zucchero, una presa di sale e montate gli ingredienti con le fruste elettriche fino a renderli gonfi e spumosi, poi incorporate la farina setacciata con il cacao e il lievito.
- 3 Aggiungete il cioccolato fuso con il burro, mescolate per amalgamare gli ingredienti, unite il cioccolato rimasto a pezzetti e versate la preparazione nello stampo. Cospargete con i pistacchi sminuzzati e cuocete nel forno caldo a 180° per 35-40 minuti in modo che la consistenza sia leggermente morbida al centro dello stampo. Lasciate raffreddare, poi sfornate i brownies e tagliateli a quadrotti.

FACILE

● Preparazione 25 minuti ● Cottura 40 minuti ● 640 cal/porzione

BERE GIUSTO

L'intonazione autunnale del menu evoca la cucina e i boschi delle Langhe, viene naturale pensare a un Nebbiolo albesse, rosso dal profilo aristocratico e dal corpo misurato, dotato di quel sano fervore che abbraccia il gusto della zuppa di nocciole e di quel pizzico di severità adatto a governare la ricotta di carne; il vino delle Langhe potrà dire la sua anche sulle cipolle, delle quali condivide i profumi di terra ed erbe e sa accostare il gusto del tonno. Già che ci siamo, un calice di Barolo Chinato, servito a 16°, farà bene sulla carica di cioccolato dei brownies.

Da 80 anni un mondo di fantasia



Chi fa dolci il ciel l'aiuta.

**Glassa al cacao e Codette
arcobaleno PANEANGELI.**

*Decorare i dolci con tutta la fantasia:
un divertimento per grandi e piccini.
Per questo siamo insieme, da 80 anni.*



BUONE LETTURE

SCELTE CON PASSIONE PER ESSERE DIVORATE

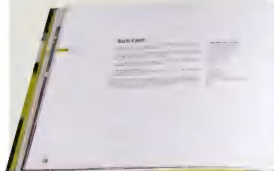
di Francesca Tagliabue

IL LIBRO DEL MESE

Dopo la pasta, arriva il secondo libro della collana Mono di Reed Gourmet (dedicata a singoli alimenti) che affronta l'altro grande protagonista dei primi piatti, il riso. Firmate da Enrico e Roberto Cerea del tristellato ristorante "Da Vittorio" di Brusaporto (BG), le 120 ricette, dai grandi classici alle proposte creative, sono divise secondo gli ingredienti di supporto (carne, pesce, verdura) e secondo la tipologia di preparazione (classico, etnico, ecc.). Una curiosità: i fratelli Cerea hanno inserito anche ricette e procedure per realizzare i bordi dei piatti.

MONO RISO

Enrico e Roberto Cerea,
Reed Gourmet Editore, 179 €



“Un risotto non è
un primo piatto.
Un risotto è un'arte.
So di non esagerare.
Lo penso da tempo.”

dall'introduzione del volume
di Giorgio Mulé, direttore
del settimanale "Panorama"

SUPERGOLOSITÀ AL CUCCHIAIO

Tiramisù 11,80 € e Crème brûlée 11,40 €
entrambi i volumi di Bibliotheca Culinaris

Per gli appassionati del dessert, tante dolcezze ricche, soffici e voluttuose al palato, in veste rinnovata ma sempre irresistibili. Il primo volume raccoglie ben 25 versioni di tiramisù, altrettanto morbide e golose... al caramello, alla crema di marron glacé, ai frutti di bosco, alle rose...anche, curiosamente, salato. Il secondo propone invece 30 squisite varianti di creme coperte da un velo di croccante caramello.



IL VEGETARIANO GOURMET

Guido Tommasi Editore, 25 €

Ricco di idee sfiziose e raffinate da tutto il mondo, come i triangolini di zucca con pesto alle nocciole o gli gnocchi di carote e feta, il volume si rivolge anche a chi vegetariano non è. Tante ricette e suggerimenti ottimi per "trasformare" le solite verdure in ghiottonerie soffrinite che tenderanno i più irriducibili carnivori. Per chi ama i sapori schietti e genuini dei prodotti dell'orto e per chi vuole colorare i propri piatti di note esotiche.



ALLA RISCOPERTA DEI LEGUMI

Il libro dei legumi, Ponte alle Grazie Ed, 16 €

In passato erano conosciuti come la carne dei poveri: i legumi, buoni ed economici, sono la vera, nuova frontiera dei nostri anni. Nel volume, Donatella Nicolò, collaboratrice di Sale&Pepe, propone antichi sapori in tante ricette moderne. Dal finger food al dolce.



LA BAMBINA CHE CONTAVA LE FORMICHE

Mursia Editore, 16 €

Il libro raccoglie ricette e ricordi firmati da Gabriella Ganugi, fondatrice della nota scuola alberghiera internazionale «Apicius». Una storia che va dall'infanzia fiorentina alle ambizioni di adulta, un viaggio tra gli odori delicati dell'arte culinaria con la consapevolezza che attraverso la cucina si può rendere la vita più gustosa e divertente.

Da 80 anni un mondo di bontà!



Chi fa dolci il ciel l'aiuta.

**Gocce di cioccolato e Crema
al cioccolato PANEANGELI.**

Nulla è più buono di una torta fatta con
le tue mani, con gli ingredienti che scegli tu.
Per questo siamo insieme, da 80 anni.



PASSIONI

Come in tripperia

ZUPPE INVITANTI, INSALATE GOLOSE E FRITTI SFIZIOSI: GHIOTTO
AMARCORD DI UN CIBO POVERO DIVENUTO GOURMET FOOD

a cura di Enza Dalessandri, ricette e styling di Beatrice Spagoni, foto di Michele Mulas.
Si ringrazia la tripperia La Casana di Genova



ALLA NAPOLETANA

PER 4 PERSONE

800 g di trippa mista già lessata
- 1 cipolla - 1 costola di sedano
- 1 mazzetto di prezzemolo - 1
peperoncino piccante - 1 limone
non trattato - olio extravergine
d'oliva - sale

- 1 Sbucciate la cipolla, lavate
■ spuntate il sedano e affettateli
sottili. Tagliate la trippa a listarelle,
poi unitele alle verdure affettate e
mescolate il tutto.
- 2 Aggiungete il peperoncino
a fettine, un po' di prezzemolo
tritato e la scorza di limone tagliata
a julienne. Completate con un filo
d'olio, una spruzzata di limone,
un pizzico di sale ■ servite.

FACILISSIMA

■ Preparazione 20 minuti ■ Cottura
nessuna ■ 295 cal/porzione

ALLA ROMANA

PER 4 PERSONE

800 g di trippa mista già lessata
- 2 cucchiaini di sugo di arrosto
(oppure 50 g di prosciutto crudo)
- 2 cucchiaini di salsa di pomodoro
- 1 carota - 1 costola di sedano -
1 cipolla - 1 spicchio di aglio - 20
g di pecorino romano - 2 rametti
di menta - olio extravergine
d'oliva - sale - pepe

- 1 Tagliate la trippa a listarelle.
Sbucciate l'aglio e la cipolla,
raschiate la carota, spuntate e lavate
il sedano. Tritate tutte le verdure,
soffriggetele in un tegame con 2
cucchiaini di olio, poi unite il sugo di
arrosto o il prosciutto a striscioline.
- 2 Aggiungete la trippa e fatela
rosolare nel condimento per qualche
minuto, poi versate la salsa di
pomodoro, insaporite con sale
e pepe e continuate la cottura per
2 ore a fuoco basso.
- 3 Dividete la trippa calda nelle
ciotole ultimando con scaglie
di pecorino e foglioline di menta.

FACILE

Preparazione 15 minuti Cottura 2
ore e 10 minuti 330 cal/porzione



Tazza Glassi Home
tele Mayer Mayer
modelli a pagina 8



La trippa è un cibo di strada antico e popolare che si acquistava sui carretti degli ambulanti o in fumose botteghe, dove le frattaglie bollivano per ore in enormi caldaie per poi pendere in lunghe file sospese sul bancone. Oggi che le interiora vengono riscoperte come gourmet food, sono rimasti pochissimi negozi specializzati dove si trovano tutti i tagli o magari si acquistano piatti già pronti. Ma il tempo sembra essersi fermato alla tripperia La Casana di Genova (tel. 010 2474357), la più antica della città, incastonata tra i negozietti dei vicoli dietro il porto: un tempo era rifugio di portuali e barrocciai che a metà mattina si concedevano una pausa per una ciotola fumante e corroborante di brodo di trippa, oggi è meta esclusiva di cultori e buongustai in cerca di sapori autentici.





ALLA MONTALCINESE

PER 4 PERSONE

800 g di trippa (croce e cuffia) già lessata - 1 cipolla bianca - 1 bustina di zafferano e 1 pizzico di pistilli - 20 g di parmigiano reggiano grattugiato - 1/2 bicchiere di brodo di carne - 1 bicchiere di vino bianco - 1 bicchierino di vin santo - 50 g di burro - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

- **1** Tagliate la trippa a striscioline. Sciogliete la bustina di zafferano nel brodo. Sbucciate la cipolla, affettatela sottile, poi soffriggetela in un tegame con 8 cucchiai di olio.
- **2** Aggiungete nel tegame le striscioline di trippa preparate, rosolatela per qualche minuto, quindi versate il vino bianco e fatelo sfumare a fuoco vivo. Abbassate la fiamma, insaporite con sale e pepe, unite il brodo allo zafferano e cuocete per 15-20 minuti o finché il liquido di cottura si è ristretto.
- **3** Bagnate la trippa con il vin santo, cospargetela con il parmigiano e aggiungete il burro. Amalgamate bene il tutto per qualche minuto, poi togliete il tegame dal fuoco e servite subito ultimando con i pistilli di zafferano.

FACILE • Preparazione 10 minuti • Cottura 30 minuti • 455 cal/porzione

BUSECCA MILANESE

PER 4 PERSONE

1,5 kg di trippa (centopelle) già lessata - 100 g di pomodori - 200 g di carote - 250 g di patate - 100 g di sedano - 50 g di cipolla - 200 g di fagioli bianchi di Spagna già lessati - 2,5 l di brodo di verdura - 50 g di grana padano grattugiato - 100 g di burro - sale - pepe
per il trito aromatico: 1 spicchio di aglio - 1 mazzetto di prezzemolo, salvia e rosmarino

● **1** Tagliate la trippa a listerelle. Lavate i pomodori, raschiate le carote, sbucciate le patate, spuntate e lavate le costole del sedano, poi tagliate tutto a cubetti. Sbucciate e affettate la cipolla sottile, soffriggetela in un tegame con il burro, unite le listerelle di trippa, fatele rosolare per qualche minuto e unite i cubetti di verdura preparati.

● **2** Lasciate insaporire ancora per qualche minuto, versate il brodo caldo e cuocete per un'ora, togliendo l'eventuale grasso in eccesso con un mestolo forato. Se il fondo non è denso, schiacciate le patate.

● **3** Aggiungete anche i fagioli, continuate la cottura per qualche minuto e insaporite con sale e pepe. Tritate le erbe aromatiche con l'aglio e aggiungeteli nel tegame. Togliete dal fuoco e servite con il grana.

FACILE

Preparazione 20 minuti - Cottura 1 ora e 20 minuti - 775 cal/porzione





CENTOPELLE FRITTO

PER 4 PERSONE

600 g di trippa (centopelle) già lessata - farina bianca 00 - olio per friggere - sale

- **1** Versate abbondante olio in una padella e scaldatelo sul fuoco. Nel frattempo, tagliate la trippa a listerelle piuttosto sottili e passatele nella farina eliminando l'eccesso.
- **2** Friggete le listerelle di trippa preparate nell'olio bollente e quando saranno ben dorate e aricciate, scolatele e fatele sgocciolare su fogli di carta assorbente da cucina. Salatele e servitele subito.

FACILISSIMA

- Prep. 10 minuti ● Cottura 10 minuti
- 305 cal/porzione

TRIPPA AL VERDE LIGURE

PER 4 PERSONE

800 g di trippa mista già lessata - 1 costola di sedano - 1 bicchiere di vino bianco - 1 tazza di brodo - 1 manciata di pinoli - parmigiano reggiano grattugiato - 1 cipolla - 2 spicchi d'aglio - 1 mazzetto di prezzemolo - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

- **1** Tagliate la trippa a listerelle. Sbucciate la cipolla, lavate e spuntate il sedano e affettateli insieme piuttosto sottili. Soffriggeteli in un tegame con 3 cucchiaini di olio, aggiungete le listerelle di trippa, fatele rosolare per qualche minuto, insaponitele con sale e pepe, poi versate il vino e fatelo sfumare a fuoco vivo. Bagnate con il brodo e cuocete per un'ora.
- **2** Lavate e asciugate il prezzemolo, sbucciate l'aglio e tritateli insieme. Aggiungete il trito nella padella con la trippa, quindi continuate la cottura per un'altra ora. Togliete la trippa dal fuoco e servitela cosparsa con il parmigiano grattugiato e i pinoli.

FACILE ● Preparazione 15 minuti ● Cottura 2 ore e 10 minuti ● 365 cal/porzione



cuffia



lampredotto



croce



centopelle



Se in passato le interiora erano tra i cibi più poveri, oggi sono predilette da palati sofisticati e cuochi alla moda. Tanto che la regina assoluta delle frattaglie, la trippa, vanta confraternite di appassionati gaudenti, siti internet dedicati come troppatrippa.com e una blasonata Accademia (accademiadellatrippa.com). La trippa è una parte dell'apparato digerente dei bovini che viene venduta in macelleria già pulita e parzialmente lessata. Quattro i tagli principali, che cambiano nome di regione in regione e corrispondono agli stomaci dei bovini. Al primo, il ruminare, corrisponde la croce, conosciuta anche come crocetta o trippa liscia: è la parte più spessa e grassa della trippa, indispensabile per

il rumegale, uno dei famosi cicheti veneti. Dal secondo, il reticolo, si ottiene la cuffia, detta anche nido d'ape, bonetto o beretta: ha un aspetto spugnoso con piccole creste esagonali ed è ottima impanata e frita. Dal terzo stomaco, ovvero l'omaso, si ricava la parte più magra, il centopelle, che prende il nome dalla caratteristica struttura a lamelle; chiamato anche foio, millefogli o libro, è il protagonista della zuppa alla milanese. Il quarto stomaco, l'abomaso, è quello del lampredotto, la trippa scura e piuttosto grassa del tradizionale panino fiorentino. Alcune ricette prevedono un misto di questi tagli, in cui possono entrare altre frattaglie come gola, ricetto e castagnetta, conosciuti come "trippa rossa".

TRIPPA IMPANATA FRITTA

PER 4 PERSONE

800 g di trippa (cuffia) già lessata - 200 g di farina 00 - 200 g di pane grattugiato - 2 uova - olio per friggere - sale

- **1** In una padella antiaderente scaldate abbondante olio. Nel frattempo sgusciate le uova in un piatto e sbattetele leggermente con un pizzico di sale. Tagliate la trippa a rettangoli piccoli, passateli nella farina, poi nelle uova sbattute, quindi nel pane grattugiato.
- **2** Immergete i rettangoli di trippa nell'olio bollente e friggeteli da entrambi i lati. Quando sono ben dorati, scolateli con un mestolo forato e fateli sgocciolare su fogli di carta assorbente da cucina. Insaporiteli con un pizzico di sale e serviteli subito nei piatti.

FACILE

● Preparazione 20 minuti ● Cottura 10 minuti ● 705 cal/porzione





burro italiano al 100%

**LA QUALITA' DI SEMPRE
SI VESTE DI NUOVO**

www.consortio-virgilio.it



A PROPOSITO DI VINO

ETICHETTE E ABBINAMENTI, I CONSIGLI DEL SOMMELIER



Con le trippe

UN ROSATO O UN BIANCO QUANDO VENGONO SERVITE FREDDI. QUELLE PIÙ ELABORATE, INVECE, CHIEDONO ROSSI CORPOSI

a cura di Alessandro Gnocchi,
testi di Sandro Sangiorgi

IMPREVEDIBILI SENSAZIONI

La particolare consistenza delle trippe, virtuosa combinazione tra morbidezza ed elasticità, genera un delizioso gioco delle parti con il condimento: lo accoglie, ma non lo assorbe del tutto, lo fa ruotare attorno alle sue strisciole mettendone in luce il profumo, e intanto ne nutre la densità con i frammenti lasciati andare durante la cottura. Al vino, dunque, il compito di esaltare di volta in volta questa fusione che genera una varietà imprevedibile di sensazioni.

UN TOCCO DELICATO

Quando le serviamo fredde, condite con ingredienti profumati, bastano la delicatezza di un rosato campano o la freschezza di un bianco pugliese per farci apprezzare l'equilibrio aromatico delle ricette. Nonostante l'apparenza, le trippe sono una materia molto magra che non richiede al vino la presenza degli sgrassanti

tannini, anche quando il piatto è intensamente condito. Per questo ai vini rossi indicati per le preparazioni romane, toscane e milanesi fanno comodo l'energia degli acidi e una buona presenza alcolica, sufficienti a governare l'untuosità. È importante la verace spontaneità odorosa, ideale per rinnovare un matrimonio continuo e appagante tra vino e cibo.

ACCOSTAMENTI TERRITORIALI

Freisa astigiana, Rosso di Montalcino, Cesanese di Olevano sono esemplari per la regola degli accostamenti territoriali. Tuttavia si può ricorrere a Barbera pavesi e piacentine per le ricette al verde, o a bianchi di origine vulcanica, come l'Est! Est!! Est!!! di Montefiascone e la Falanghina di Roccamonfina, per le preparazioni al pomodoro e pecorino. Uno spumante a base di Cocciola, vitigno abruzzese in fase di riscoperta, si sposa alle trippe impanate e fritte.

RUNCHET

Azienda Trincherò,
Agliano Terme (AT),
0141 954016; 8 €.

La Freisa è un rosso di grande duttilità, grazie ai suoi profumi pacati e terrosi: la versione di Giorgio Trincherò è ideale per le trippe servite con ingredienti autunnali.

VOLPE ROSA

Cantina Giardino,
Ariano Irpino (AV),
0825 873084; 13 €.

Il Rosato della Cantina Giardino mostra il suo lato tenero nel ricevere la morbida consistenza delle trippe, lasciando al retrogusto amaro il compito di equilibrare il residuo del condimento.

SILENE

Cantine Ciolli, Olevano Romano (Roma),
06 9564547; 12 €.

Si tratta di un rosso ottenuto con il vitigno rosso Cesanese, che dona fervore alcolico e quella voluttuosa freschezza gustativa che avvolge le trippe speziate e saporose.

ROSSO DI MONTALCINO

Azienda Il Paradiso di Manfredi, Montalcino (SI),
0577 848478; 19 €.

È la sua profonda naturalezza a fare di questo Rosso di Montalcino un avvincente compagno della tavola; sa governare intensi condimenti e custodisce nelle materie prime la loro intima delicatezza.



Solo il buono e il sano della natura.



FORMAGGI SVIZZERI

- 100% latte svizzero
- solo ingredienti genuini
- senza conservanti né additivi



Ricchi di gusto



con certificazione svizzera DOP*

* concessa e garantita dal governo svizzero.



Svizzera. Naturalmente.

Formaggi dalla Svizzera.

www.formaggisvizzeri.it



Superchef da crociera

SIMONE PINATO, CORPORATE CHEF DI MSC CROCIERE, PREPARA NELLA NOSTRA CUCINA UN MITICO PIATTO MEDITERRANEO. PROPRIO COME LO INTERPRETA PER GLI OSPITI DELLE NAVI

di Miriam Ferrari, foto di Michele Tabozzi



DALLA CAMPAGNA ALL'OCEANO

Simone Pinato è nato a Rovigo nel 1983. Cresciuto nel Polesine, fin da bambino manifesta una grande passione per tutto quello che ruota intorno alla vita di campagna e ai sapori genuini della tradizione locale. Prima ancora di conseguire il diploma presso l'Istituto Alberghiero di Adria fa esperienze presso alcuni ristoranti del Veneto e della Romagna, fino ad approdare a Villa del Quar, dal grande chef Bruno Barbieri dove apprende le nuove tecniche di cucina che gli saranno utili per la sua attività di insegnante presso l'Istituto Alberghiero di Serramazzoni (Mo). Dopo numerose altre esperienze in ristoranti e hotel di prestigio, da tre anni svolge l'attività di **corporate chef** per MSC Crociere.

Talentuoso e versatile, Simone è giovanissimo ma ha già accumulato un'esperienza di tutto rispetto in diversi ristoranti eccellenti. Ed è così che ha ottenuto la responsabilità di tutti i ristoranti à la carte delle navi della MSC, e in particolare dello Yacht Club, un'area esclusiva, un'oasi di pace che offre servizi personalizzati e un ristorante dedicato dove gustare prelibatezze italiane e internazionali, dalle specialità vegetariane alla cucina da grand gourmet. Tra i suoi compiti, il training al personale di cucina di bordo impegnato sulla vasta flotta di navi da crociera, la creazione delle ricette, la selezione delle materie prime e la preparazione dei menu. Con grande attenzione alle diverse culture degli ospiti, ma anche alla tradizione mediterranea a cui si ispira la cucina di MSC.



PAELLA DE MARISCOS CON PESCE E FRUTTI DI MARE

INGREDIENTI PER 8 PERSONE

500 g di riso Roma - 1 dl di passata di pomodoro - 1,5 litri di brodo di pesce - 2 gamberoni - 400 g di calamari - 500 g di cozze - 200 g di vongole veraci - 400 g di rana pescatrice - 1 bustina di zafferano - 100 g di piselli prelessati o surgelati - 2 pomodori - 2 peperoni - 1 dl di vino bianco secco - paprica dolce - 1 cipolla - 3 spicchi d'aglio - 1 mazzetto di prezzemolo - peperoncino - olio extravergine d'oliva - sale - pepe bianco

- 1 Aprite i peperoni, eliminate semi e nervature bianche e tagliateli a listarelle, poi fateli saltare in una padella con un filo di olio e teneteli da parte.
- 2 Lavate le cozze, raccoglietele in una larga padella con uno spicchio d'aglio, un filo d'olio, vino bianco e 2 rametti di prezzemolo, coprite e fatele aprire a fuoco vivo. Scolatele in una ciotola e tenetele da parte. Lavate bene le vongole raccogliendole in una terrinetta.
- 3 Trasferite le vongole nella stessa padella unendo ancora un filo d'olio e vino e fatele saltare finché si aprono.
- 4 Filtrate il fondo di cottura dei molluschi passandolo da un colino: lo utilizzerete insieme al brodo di pesce per cuocere la paella.
- 5 Tagliate a cubetti la rana pescatrice e rosolatela in una padellina con 2 cucchiaini di olio; salatela leggermente e scolatela. Pulite e affettate sottili i calamari e cuocete anche questi con un filo d'olio nella padellina.
- 6 Fate soffriggere nell'apposita paellera a due manici la cipolla e uno spicchio d'aglio tritati con 3 cucchiaini di olio, unite il riso e fatelo tostare, poi bagnatelo con metà del brodo di pesce bollente e il fondo dei molluschi.
- 7 Aggiungete i calamari e dopo 2-3 minuti lo zafferano, una spolverata di paprica e un pizzico di peperoncino, mescolando bene per stemperarli.
- 8 Unite la passata di pomodoro, mescolate ancora e continuate la cottura del riso versando man mano altro brodo; intanto pulite e sgusciate i gamberi mantenendo le teste e le codine.
- 9 Aggiungete al riso i piselli (se sono surgelati scottateli prima a parte in acqua bollente) e mescolate.
- 10 A metà cottura del riso (circa 10 minuti) unite i peperoni tenuti da parte e i pomodori a dadini.
- 11 Cuocete ancora per 2-3 minuti e completate con i cubetti di pescatrice e i gamberoni.
- 12 Prima di togliere dal fuoco unite vongole e cozze, pepate, spolverizzate di prezzemolo tritato e servite.



1



2



3



4



5



6





10



11



9



8

UN MARE DI PRELIBATEZZE

Ogni sera a bordo delle navi MSC vengono proposti **menu a tema** dedicati a diverse realtà geografiche. Un trionfo di sapori: dalle calienti specialità spagnole alla sofisticata cucina francese, dal fascino nascosto del cibo cinese allo stuzzicante profumo di una fragrante pizza napoletana, servita anche fuori menu praticamente a tutte le ore. Particolare successo riscuote la cucina regionale italiana: dal nord al sud con i suoi piatti tipici e i suoi prodotti di eccellenza conquista sempre tutti i palati. Questo richiede una capillare organizzazione a cui partecipa attivamente il **nucleo di corporate chef di MSC Italcatering** che annoverano importanti esperienze in campo alberghiero navale e nella ristorazione più raffinata.

SALE&PEPE PROMOTION

Moltiplica la creatività in cucina con un dito.

Davide Oldani,
cuoco "POP" e
ambasciatore dei
piccoli elettrodomestici
da cucina Philips.

DAVIDE OLDANI È UN CUOCO CHE HA FATTO
LA SCELTA DI UNO DEI PICCOLI ELETTRODOMESTICI
DA CUCINA PHILIPS. IL SUO INTERESSE PER
QUESTI MODELLI È IN CRESCITA E LO HA
ESPRIMATO IN DIVERSE OCCASIONI. IN
SPECIAL MODO DURANTE LE SUE ATTIVITÀ
DI AMBASCIATORE DEI PICCOLI ELETTRODOMESTICI
DA CUCINA PHILIPS. DAVIDE OLDANI È UN
CUOCO CHE HA FATTO LA SCELTA DI UNO
DEI PICCOLI ELETTRODOMESTICI DA CUCINA
PHILIPS. IL SUO INTERESSE PER QUESTI
MODELLI È IN CRESCITA E LO HA ESPRIMATO
IN DIVERSE OCCASIONI. IN SPECIAL MODO
DURANTE LE SUE ATTIVITÀ DI AMBASCIATORE
DEI PICCOLI ELETTRODOMESTICI DA CUCINA
PHILIPS. DAVIDE OLDANI È UN CUOCO CHE
HA FATTO LA SCELTA DI UNO DEI PICCOLI
ELETTRODOMESTICI DA CUCINA PHILIPS.
IL SUO INTERESSE PER QUESTI MODELLI È
IN CRESCITA E LO HA ESPRIMATO IN
DIVERSE OCCASIONI. IN SPECIAL MODO
DURANTE LE SUE ATTIVITÀ DI AMBASCIATORE
DEI PICCOLI ELETTRODOMESTICI DA CUCINA
PHILIPS.

PHILIPS
sense and simplicity





Copyright © 2004 John Wiley & Sons, Ltd.


-



Legumi

AL FORNO, CON FRUTTI DI MARE, IN SFORMATO... FAGIOLI, FAGIOLINI DELL'OCCHIO, CECI, LENTICCHIE E PERSINO LA RARA CICERCHIA SI VESTONO DI NUOVO E DIVENTANO PROTAGONISTI DI RICETTE CHE UNISCONO TRADIZIONE ED ELEGANZA

a cura di Mariateresa Carlucci, testi di Mariateresa Schiaffino, foto di Adriano Brusaferrì, ricette di Alessandra Avallone, styling di Alessandro Pasinelli Studio



Pochi piatti si possono definire italianissimi come la pasta e fagioli che, con mille varianti si ritrova da Nord a Sud ed offre il piacere corposo dell'incontro fra il legume più diffuso e la nostra benemata. Questo capolavoro della tradizione ha origini remote. Prima dell'arrivo in Europa dei fagioli delle Americhe, più grossi e morbidi di quelli nostrani, si preparava con i legumi che si avevano a disposizione, come fagiolini dell'occhio e lenticchie. Poi l'Italia si innamorò di quei bellissimi baccelli lunghi dai semi voluminosi che in cottura diventavano teneri e cedevoli, pastosi e gustosi... come non si era mai visto né sentito. I fagioli di Lamon nel Veneto, i cannellini e gli zolfini toscani sono figli di quei primi esemplari venuti dal Nuovo Mondo che nel Cinquecento furono addirittura dono di un Papa a signori come i Medici. I semi dei prodotti "nuovi" erano allora oggetto di grande curiosità e interesse perché potevano originare nuove colture e mettere a frutto i terreni con risultati eccellenti. Oggi la gamma dei legumi disponibili è molto ricca e stimola idee originali, se la si guarda con prospettiva nuova. Niente pasta dunque con fagioli, fagiolini dell'occhio, ceci, lenticchie... ma fantasia, ricerca e persino voglia di stupire.

> segue a pag. 51



FAGIOLI IN FORNO

PER 6 PERSONE

250 g di fagioli cannellini - 250 g di fagioli vellutina della Sicilia - 8 fette di rigatino (pancetta) - 2 peperoncini - farina - 1 pagnotta casereccia - olio extravergine d'oliva - sale

- **1** Mettete a bagno i fagioli in acqua fredda la sera prima. Al momento di cuocerli scolateli, sciacquateli, sistemateli a strati in una casseruola di coccio alternandoli con le fette di rigatino. Copriteli a filo d'acqua fredda.
- **2** Impastate 100 g di farina con l'acqua sufficiente a ottenere una pasta morbida. Formate un cordone, appoggiatelo intorno al bordo della casseruola inumidito e chiudete con il coperchio, anche questo inumidito sul bordo, per sigillare. Cuocete in forno già caldo a 180° per 3 ore.
- **3** Togliete la casseruola dal forno e lasciate riposare per 30 minuti. Quindi rompete il sigillo di pasta, condite i fagioli con abbondante olio e i peperoncini sbriciolati, salate se necessario e servite con il pane casereccio tagliato a fette.

FACILE

- Preparazione 30 minuti + riposo
- Cottura 3 ore
- 540 cal/porzione

Ciotola Unomi Laboratorio di ceramica, contenitore in legno Armani Casa, tessuto Fiorirà un Giardino, piastrelle Ceramica Tagina. Nella pagina accanto, tagliere Legno Art, piatto Laboratorio Pesaro, ciotola e caraffa Sfera, tessuto Armani Casa, piastrelle Ceramica Tagina. Indirizzi a pagina 8



Come nel caso della cicerchia, rara, ma tornata alla ribalta grazie alla passione di un gruppo di produttori fra Marche e Umbria, dove in passato era alla base dell'alimentazione contadina e perciò non è stata mai del tutto dimenticata.

I più amati dagli italiani

I fagioli, che restano i legumi preferiti, formano un capitolo ricchissimo di varietà, ciascuna con le sue caratteristiche. I grossi fagioli di Lamón in Veneto screziati di rosso e i rossi borlotti sono ben diversi dai piccoli fagioli dell'occhio, inconfondibili per l'occhietto scuro, o dall'antica, minuscola fagiolina del Trasimeno. Così i cannellini hanno un sapore erbaceo particolare e la varietà siciliana Vellutina a semi rossi merita di essere conosciuta fuori dell'Isola. Ma anche i fagioli bianchi liguri delle valli dell'entroterra imperiese hanno una

loro personalità. I piatti della nostra rassegna offrono stimoli interessanti fra tradizione e novità.

Abbinamenti eccellenti

Classica è la presenza della carne di maiale - lardo, rigatino, pancetta o prosciutto - nella cottura delle zuppe perché dà sapore, profumo e una morbidezza speciale. In Veneto, ma non solo, si utilizzava, quando era possibile, l'osso di prosciutto che, cuocendo a lungo con i legumi, dava un risultato vellutato e prezioso, da festa grande in tavola! Anche il pane casereccio riporta alla tradizione: semplici fette se il pane è raffermo, appena tostate in forno se è fresco. Poste sul fondo del piatto prima di versare la zuppa, la fanno più corposa. Qualcuno le strofina d'aglio, ma la pratica è controversa perché si sa che l'aglio non riesce a mettere tutti d'accordo.

> segue a pag. 54

FAGIOLINA DEL TRASIMENO CON COZZE E VONGOLE

PER 6 PERSONE

250 g di fagiolina del Trasimeno
• 1 kg di cozze - 500 g di vongole
spurgate - 1/2 mazzetto di rucola
• 1 mazzetto di prezzemolo
• 2 spicchi d'aglio - 1 scalogno
• 1 bicchiere di vino bianco
secco - 1/2 ceto di vino bianco
• olio extravergine d'oliva - sale
- pepe

- 1 Raccogliete la fagiolina (non serve metterla a bagno) in una pentola con 1 spicchio d'aglio, coprite d'acqua e cuocete per 40 minuti circa. Togliete dal fuoco, salate e lasciate raffreddare.
- 2 Pulite cozze e vongole e fatele aprire in una padella con il vino, l'aglio rimasto, lo scalogno e 2 cucchiaini d'olio. Sgusciate i molluschi (tranne alcuni per guarnire) e mescolateli con la fagiolina: condite con un filo d'olio e pepate.
- 3 Scottate il prezzemolo in acqua bollente, scolatelo, immergetelo in acqua e ghiaccio e scolatelo ancora. Filtrate il fondo di cottura dei molluschi e tritatelo con il prezzemolo, qualche cucchiaino dall'acqua dei fagioli, 1 cucchiaino d'aceto e 2 d'olio. Versate la salsa nei piatti e distribuite sopra la fagiolina con le cozze e le vongole. Guarnite con i molluschi in conchiglia, tenuti da parte e le foglie di rucola.

FACILE

● Preparazione 25 minuti ● Cottura 50 minuti ● 245 cal/porzione





LA BUZZEGA, ZUPPA DI LEGUMI MISTI

PER 6 PERSONE

500 g di legumi misti (ceci piccoli, borlotti di Lamona, fagiolini dall'occhio) - 2 spicchi d'aglio - 1 carota - 1 cipolla - 1 costola di sedano - 1 costola di finocchio - 2 grosse patate - 200 g di datterini - 60 g di pecorino grattugiato - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

- **1** Mettete a bagno i legumi dalla sera prima. Al momento di cuocerli scolateli e sciacquateli bene. Lessateli in acqua bollente non salata per 1 ora e 30 minuti. A fine cottura unite il sale.
- **2** Pulite bene carota, cipolla, sedano, aglio e finocchio e tritateli fini. Soffriggete questo trito in una casseruola, meglio se di coccio, con 4 cucchiaini d'olio. Aggiungete sale e pepe, metà dei datterini e le patate a tocchetti; portate a ebollizione, unite i legumi con la loro acqua di cottura e cuocete a fuoco basso per 30 minuti.
- **3** A metà cottura aggiungete alla zuppa i datterini rimasti tagliati a metà. Se la zuppa si asciuga troppo versate qualche mestolo d'acqua o di brodo vegetale. Servitela con una macinata di pepe, il pecorino e un filo d'olio crudo.

FACILISSIMA

- Preparazione 15 minuti + riposo
- Cottura 2 ore e 5 minuti
- 490 cal/porzione

RISO SALTATO CON LENTICCHIE DI CASTELLUCCIO

PER 6 PERSONE

250 g di riso Basmati - 200 g di lenticchie di Castelluccio - 1 barbabietola media, cotta a vapore - 1 foglia d'alloro - 2 spicchi d'aglio - 2 scalogni - 1 cucchiaino di semi di cumino - 1 limone - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

- **1** Cuocete il riso Basmati in una pentola d'acqua bollente salata per 10 minuti, scolatelo, mettetelo di nuovo nella pentola, copritelo con un telo e lasciate riposare per 10 minuti. Allargate il riso sopra un vassoio e fate raffreddare completamente.
- **2** Mettete le lenticchie in una pentola, copritela con un dito d'acqua, insaporite con l'alloro e gli spicchi d'aglio e cuocete per 25 minuti; spegnete e salate. Lasciate raffreddare le lenticchie nella loro acqua di cottura, quindi scolatele. Sbucciate la barbabietola e grattugiatela con una grattugia a fori grossi.
- **3** Scaldate 3 cucchiaini d'olio in una padella antiaderente capiente, aggiungete gli scalogni tritati e fate soffriggere; quando inizia a prendere colore salate, unite i semi di cumino, il riso, le lenticchie e la barbabietola; mescolate delicatamente e lasciate insaporire per 5 minuti. Regolate di sale, pepate, distribuite il mix nei piatti individuali, spruzzate ogni porzione con un po' di succo di limone e servite.

FACILE • Preparazione 10 minuti • Cottura 35 minuti • riposo • 285 cal/porzione



Piatto Fiorirà un Giardino,
ciotola e cucchiaino Sfera,
piastrelle Ceramica Tagina.
Nella pagina accanto,
Plintini 100Fa, tagliere
Le Stanze della Memoria,
ciotolina Unomi Laboratorio
di Ceramica, piano
De Castelli.
Indirizzi a pagina 8



Piatto Unomi Laboratorio di Ceramica, Piatto in legno Legnart, forchetta Le Stanze della Memoria, rivetola Square Barden, piano De Castelli. Nella pagina accanto, forchetta e bicchiglii Silvia, bicchiere Unomi Laboratorio di Ceramica, tovaglioli Armani Casa, sedili in vimini Fiorini un Giardino. Indirizzi a pagina 6

SFORMATINI DI CICERCHIE E CIME DI RAPA

PER 6 PERSONE

250 g di cicerchie decorticate -
400 g di cime di rapa - 150 g
di datterini - 2 spicchi d'aglio
- 1 rametto di rosmarino - 40 g
di pancetta - 1 cucchiaino
di patate in fiocchi (facoltativo)
- olio extravergine d'oliva
- sale

- **1** Mettete le cicerchie in una casseruola, copritele a filo con acqua fredda (1,2 litri circa), unite 1 spicchio d'aglio non sbucciato e il rosmarino e fate cuocere a pentola semicoperta per 1 ora circa, mescolando spesso.
- **2** Pulite le cime di rapa, lavatele, lessatele per 10 minuti in acqua bollente salata, scolatele e strizzatele. Frullate le cicerchie (senza aromi), salate la crema ottenuta e unitele alle cime di rapa. Se il composto non è abbastanza sodo incorporate le patate in fiocchi.
- **3** Rivestite 6 stampini rettangolari di metallo con carta da forno e riempiteli con il mix di crema e verdure. Lasciate intiepidire. Intanto, tritate fine l'aglio rimasto con la pancetta e fateli rosolare in una padella; unite i datterini tagliati a metà, fateli saltare a fuoco medio, salate e cuocete ancora per 1 minuto. Capovolgete gli sformatini sui piatti individuali, rifinite con i pomodorini e un filo d'olio crudo e servite.

FACILE

- Preparazione 20 minuti
- Cottura 1 ora e 20 minuti
- 230 cal/porzione

> segue da pag. 51

Colori e sapori

Ormai di grande successo, è l'accoppiata terra mare: i legumi ben si accordano ai crostacei, come sanno i cuochi a bordo di lussuosi yacht, che deliziano i loro croceristi con zuppe fra rustiche e raffinate. E il bello è che questo incontro non è una trovata moderna. Un'antica ricetta fra Lazio e Campania aggiunge a fagioli freschi un *sauté* di vongole prima della fine della cottura. E poi le lenticchie... Per un piatto il biblico Esau cedette la sua primogenitura. Era affamato e goloso. E certe zuppe calde e saporite sono una gioia, specie con i primi freddi. Né potremmo rinunciare alle lenticchie augurali di Capodanno. Eppure non sono certo un piatto frequente.

Invece, sono predilette, anche per il loro apporto proteico, in molte cucine asiatiche. Ce lo ricorda la ricetta della pagina precedente, spettacolare per il rossoviola cardinesco. Per finire non bisogna dimenticare che i legumi si possono trasformare, anche solo frullandoli. Chi indovina qual è l'ingrediente base dello sformatino marezzaio della foto qui sopra? Nel caso dei ceci, che si consumano sempre e solo secchi e che esigono un ammollo prolungato, la farina che si ricava dai semi offre un'ottima alternativa. La preparazione più famosa è la popolarissima, umile farinata ligure, detta *cecina* in Toscana, anzi a Livorno: una focaccia sottile che si cuoce in forno. Tipico cibo di strada, si rinnova con cipolla rossa.

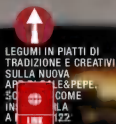
CECINA CON CIPOLLE ROSSE

PER 6 PERSONE

300 g di farina di ceci - 1 grossa cipolla rossa
- olio extravergine d'oliva - aceto - sale - pepe

- 1 Stendere la farina di ceci in una ciotola con 9 dl d'acqua e lasciate riposare per 1 ora, avendo cura di eliminare la schiuma che man mano si forma in superficie.
- 2 Sbucciare la cipolla rossa, tagliarla a fette sottili e cuocerla brevemente in una padella con 2 cucchiai d'olio, 1 d'acqua e 1 dl d'aceto.
- 3 Ungete 2 teglie rotonde di 26 cm con poco olio, suddividete la pastella nelle teglie, salate, distribuite sopra le cipolle e un filo d'olio e cuocete in forno a 220° per 30 minuti circa. Servite la cecina con abbondante pepe macinato al momento.

FACILE • Preparazione 10 minuti • riposo
• Cottura 30 minuti • 230 cal/porzione



LEGUMI IN PIATTI DI
TRADIZIONE E CREATIVI
SULLA NUOVA
AGENDA SOCIALE
ITALIANA (LASI)



PICCOLE PRODUZIONI CRESCONO

Laurea in Lettere, anni di insegnamento, da sempre appassionato di cibo e vino. Il Prof. Gianfranco Mancini dal 1988 collabora con Slow Food. Nel 1996 fonda l'associazione "La Bona Usanza", poi diventata cooperativa, per salvaguardare prodotti in via di estinzione, valorizzare produzioni tipiche ed esaltare la biodiversità alimentare. Attualmente cura una News e un sito internet (www.verdicchioconernews.it) in 5 lingue per far conoscere le ricchezze delle Marche.

I legumi hanno una tradizione un po' in tutta Italia, ma in Umbria e Marche in particolare...

Da sempre sono usati sulla mensa delle classi povere: fino agli anni '50 costituivano il principale apporto proteico per i contadini che non potevano mangiare carne spesso. Con il boom economico e l'abbandono dei campi la coltura dei legumi è molto diminuita. Solo la lenticchia di Castelluccio, tra Marche e Umbria, ha mantenuto la sua produzione e la sua immagine sul mercato.

C'è un ritorno delle varietà meno note? La costanza di piccole coltivazioni familiari ha permesso di salvare il seme di tante varietà, anche minori. Come la Fagiolina del Trasimeno, la Cicerchia di Serra de' Conti, il fagiolo soffino. Le cose però vanno migliorando. Noi ci abbiamo creduto: i nostri produttori si sono impegnati, la ristorazione cerca sempre più questi cibi e i consumatori più attenti vanno alla scoperta di questi sapori. La cultura del cibo sta crescendo e noi vogliamo essere parte attiva in questo mutamento.



FEASR



REGIONE DEL VENETO



Fondo europeo agricolo per lo sviluppo rurale: l'Europa investe nelle zone rurali

Meglio fidarsi di chi ha una storia antica.

*Consorzio Tutela Grana Padano*

Grana Padano DOP, tutta un'altra storia.

I formaggi veneti: tradizione, qualità e sicurezza.



Veneto

Tra la terra e il cielo

www.veneto.it

Iniziativa finanziata dal Programma di Sviluppo Rurale per il Veneto 2007-2013

Organismo responsabile dell'informazione: Grana Padano e gli altri formaggi veneti di qualità**Autorità di gestione designata per l'esecuzione:** Regione Veneto - Direzione Piani e Programmi Settore Primario

Bacelli da cliccare

ABBIAMO SGRANATO IL WEB PER SCOPRIRE I SITI CHE PARLANO DI LEGUMI (PAG. 48) IN MODO CURIOSO E ORIGINALE

di Barbara Roncarolo



SCATTI E FAGIOLI

Il nick di Tracy è sempre stato "bean", fagiolo, e qualche anno fa si è fuso con la sua professione di fotografa, dando vita a **shutterbean.com**. Il suo è un blog ricco di ricette, almeno 2 a settimana, scatti curati e avventure di famiglia.



AMORE E LENTICCHIE

Anu è vegetariana: per lei i legumi sono l'ingrediente chiave di tanti piatti. Da qui il nome del suo blog **LoveAndLentil.com**: come dice lei, infatti, amore e lenticchie nella sua cucina non mancano mai.



SOLO HUMMUS DI CECI

The Hummus Blog (**hummus101.com**) si occupa esclusivamente di notizie relative al famoso composto di ceci mediorientale: dai ristoranti alle preparazioni più stravaganti, tipo il gelato nella foto.



INGUARIBILMENTE GOLOSA

Napoletana di origine e romana di adozione, Serena lavora come grafica e adora tenere le mani in pasta. Sul suo **Storie di zucchero uova e farina (storiedizucchero.com)** si trovano tanti dolci e alcune ricette salate davvero curiose come questi gamberoni con i fagioli neri (foto).



RICETTE TRADIZIONALI A PORTATA DI MOUSE

La specialità di Sandra sono le preparazioni della cucina regionale italiana, per lo più adattate al gusto moderno. Le carrellate di zuppe e paste con fagioli, lenticchie e legumi di ogni tipo sono imperdibili. **aglioeprezzemolo.blogspot.it**

aglio e prezzemolo



IL REGNO DELLA CAPRA

Carla, meglio nota online come la Capra, ha deciso di aprire il blog **lacucinadellacapra.wordpress.com** per raccogliere le sue ricette. E soprattutto per dimostrare a chi non ci crede che la cucina vegetale può essere molto gustosa e fantasiosa. I legumi sono il suo pane quotidiano e li declina in mille modi, tutti davvero appetitosi.



IN CUCINA CON MARINA

«Il cibo deve essere colorato e profumato, deve "dire" qualcosa» è proprio così per Marina, blogger romana originaria di Belgrado. E lo dimostrano i suoi involtini di melanzane con mousse di ceci (foto) e le altre ricette fantasiose sul suo **MademoiselleMarina.blogspot.it**.



Venite a trovarci su [facebook.com/saleepepeemagazine](https://www.facebook.com/saleepepeemagazine) e segnalateci il vostro blog

PIRAL
ALUMINIA ITALY
Since 1870

**Qualunque
sia la tua ricetta...**



DAL 1870 PIRAL ESALTA I TUOI SAPORI

La terracotta Piral armonizza ed esalta i sapori naturali
rispettando le proprietà organolettiche degli alimenti.

Le nostre pentole danno il meglio con le cotture a fuoco basso,
pertanto richiedono un minimo uso di oli o grassi,
perfette per il crescente desiderio di una cucina sana e leggera.

Le stoviglie PIRAL sono ecologiche perché amplificano e trattengono il calore,
permettendo un notevole risparmio energetico.

ALBIS s.r.l. - via Trieste 25 - 17047 Vado Ligure (SV) - ITALIA
tel: +39 019 40 02 498 / +39 019 40 04 355 - fax: +39 019 40 04 201 - www.piral.it



MADE IN ITALY

CONOSCERE E GUSTARE LE ECCELLENZE

Speck Alto Adige

**IL SUO GUSTO MORBIDO E
DELICATAMENTE AFFUMICATO
RACCHIUDE LA FRESCHEZZA
DELL'ARIA DI MONTAGNA**

di Marina Cellis, foto di Alkémia e Maurizio Lodi, ricetta
di Livia Sala, scelta del vino di Sandro Sangiorgi

"Poco sale, poco fumo e molta aria". È questo il segreto dello speck altoatesino che, dopo salagione e affumicazione leggera, viene fatto stagionare all'aria fresca di montagna. Furono i contadini delle valli che, per conservare la carne di maiale e mangiarla durante il lutto, già nel 1200 inventarono questa prelibatezza. Il risultato è un solo prodotto che unisce insieme quella tendenza all'affumicazione e il tocco mediterraneo della stagionatura all'aria, tipici dei nostri prosciutti. Oggi le

segue a pag. 60



> segue da pag. 59

caratteristiche "baffe" (i singoli pezzi dalla forma appiattita) si ricavano da cosce di suino magre e sode provenienti da allevamenti europei: soprattutto dalla Germania e solo in piccola parte dall'Italia, perché i nostri maiali hanno la carne troppo grassa. Cosparse di una miscela di sale, pepe e aromi (ginepro, alloro, rosmarino), che ogni produttore compone secondo la sua ricetta segreta, vengono prima salmistrate e poi affumicate a freddo con legna poco resinosa, dall'odore delicato. Infine si passa alla stagionatura all'aria, in locali ventilati, per circa 22 settimane: il salume perde un terzo del suo peso e si ricopre di uno strato di muffa naturale aromatica, poi rimossa. Oggi il prodotto è più leggero e meno salato di un tempo: negli ultimi 15 anni i grassi sono stati ridotti al 23% e il contenuto di sale non deve superare il 5%. Nel 1996 lo speck Alto Adige ha ottenuto l'Igp: la cotenna è marchiata a fuoco e le confezioni riportano il sigillo di qualità, una pettorina verde che richiama quella dei pantaloni di pelle tirolesi.

Non solo canederli

Carni sode e profumate, leggero sentore di affumicato, gusto intenso. Lo speck è ottimo al naturale, tagliato a fettine molto sottili, sempre controfibra e privato della cotenna, o a listarelle. L'importante è gustarlo a temperatura ambiente, togliendolo dalla confezione almeno due ore prima, perché "respi" come dicono gli intenditori e, a contatto con l'aria, liberi aromi e sapori. Servitelo con formaggi, melone o fichi, mozzarella, insalata, patate bollite, asparagi, carpaccio di funghi. Come ingrediente, è molto versatile, non solo per piatti tradizionali come i canederli o la zuppa d'orzo. Provatelo nel risotto, con i porri, la verza, le zucchine, la zucca, la scamorza oppure dadini di mela o di pera; nelle paste, con il radicchio, le zucchine, i funghi; sulla pizza e con la polenta. Il suo gusto deciso è ottimo anche per i ripieni e si sposa con le carni, in particolare di maiale, e persino con pesci come il salmone, la sogliola, il persico, in rotolini o spiedini.

BERE GIUSTO

Accostare il vino allo speck non è difficile, sebbene la vena affumicata potrebbe lasciare un lieve residuo metallico nel retrogusto, ma la delicata eleganza di una Schiava meranese governa bene grasso, magro e la piccante speziatura. Per la ricetta è invece il caso di misurare un Teroldego Rotaliano (Foradori), rosso sanguigno e voluttuoso, al quale fanno gioco la presenza del formaggio e la ricchezza della cottura.



TOAST CALDI ALLO SPECK E TOMA

PER 4 PERSONE

4 grosse fette di pane - 80 g di speck Alto Adige Igp
4 fettine - 100 g di formaggio tipo toma - 2 uova
- 1/2 bicchiere di latte - 50 g di gherigli di noci -
1 mazzetto di salvia - 20 g di burro
- olio extravergine d'oliva - sale - pepe

- 1 Riducete il formaggio a lamelle e tritate grossolanamente le noci. Tagliate le fette di pane a metà e componete 4 sandwich, facendoli con il formaggio, lo speck e i gherigli preparati.
- 2 In una terrina sbattete le uova con il latte, un pizzico di sale e di pepe. Inzuppate i sandwich nel composto preparato, qualche secondo per lato.
- 3 Scaldate il burro con un filo d'olio e le foglie di salvia in una padella antiaderente. Rosolate i sandwich su entrambi i lati finché saranno dorati. Serviteli ben caldi guarniti, se vi piace, con rametti di rosmarino

FACILISSIMA

- Preparazione 15 minuti
- Cottura 5 minuti 370 cal/porzione



SARTORI
DI VERONA

Stile e qualità a Cangrande della Scala
Verona, Italia e Garbagnate



Cangrande della Scala, signore di Verona

Sartori,
grandi vini
nel nome
di Verona.

*Il fascino di una storia,
il legame con la terra,
la forza di una
personalità racchiuse
in vini che raccontano
con eleganza al mondo
intero la più intensa
delle storie d'amore:
quella per Verona.*

www.sartorinet.com

Seguici su



SEMPLICI PIACERI

Sogliola & rombo

DUE PESCI DALLE CARNI
PREGIATE E GENTILI, IDEALI
PER ACCOSTAMENTI
SFIZIOSI E RICETTE DI ANIMA
MEDITERRANEA

a cura di Cristiana Cassé, ricette di Paola Volpani
foto di Luca Colombo / Studio XL - styling di Shari Valentini
scelta dei vini di Sandro Sangiorgi

Piattino blu Itala,
sull'ispiatto Rina Menardi,
fessura Mauro Belgiochi,
Indirizzo a pagina 8

TARTARA TIEPIDA DI ROMBO E ZUCCHINE AL CURRY

PER 4 PERSONE

600 g di filetti di rombo sfiletti - 350 g di zucchine - 50 g di uvetta - 40 g di pinoli - 1 ciuffo di finocchietto selvatico - 2 cucchiaini di curry - 1 limone - 5 cucchiaini di olio extravergine d'oliva - sale - pepe

- 1 Lavate e asciugate i filetti (ricordate che il pesce da consumare crudo va prima surgelato, in modo da abbattere eventuali cariche batteriche dannose per l'organismo; se questo passaggio non è stato effettuato dal pescolivendolo, praticate voi mettendo il pesce in freezer a -20° per almeno 24 ore). Tagliate il rombo a dadini piccolissimi, metteteli in una ciotola, condite con il succo del limone e il finocchietto tagliuzzato e passate in frigo per 20 minuti.
- 2 Intanto lavate e spuntate le zucchine, riducetele a dadini e rosolateli brevemente in un tegame con 3 cucchiaini di olio, i pinoli e l'uvetta. Aggiungete 1 cucchiaino scarso di curry, salate, pepate, spegnete il fuoco e lasciate intiepidire.
- 3 Versate la tartara di pesce in un colino in modo da eliminare il succo di limone, conditela con il sughinetto di zucchine e l'olio restante, mescolate e suddividete nei piatti (per conferire alla tartara la forma a cilindro, aiutatevi con un coppapasta). Spolverizzate con il curry rimasta e, se vi piace, servite con fettine di pane tostato.

FACILISSIMA

● Preparazione 25 minuti ● Cottura 3 minuti ● 300 cal/porzione



ROMBO CON FUNGHI E PATATE AL PESTO DI LARDO

PER 4 PERSONE

2 rombi chiodati di circa 800 g ognuno, già puliti - 700 g di patate - 300 g di funghi - 80 g di lardo - 2 rametti di rosmarino - 2 spicchi di aglio - 1/2 bicchiere di vino bianco - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

- **1** Praticate un'lunga incisione lungo la spina centrale dei pesci, sia dalla parte scura della pelle sia da quella chiara. Sistemate, con la parte scura rivolta verso l'alto, su una placca foderata con carta da forno e unta con un po' di olio. Condite con 2-3 cucchiaini di olio, uno spicchio di aglio a fettine, 1 rametto di rosmarino, sale e pepe e lasciate riposare per 30 minuti a temperatura ambiente.
- **2** Intanto, pulite i funghi eliminando la terra con una spazzolina, lavateli velocemente, asciugateli e affettate i più grandi. Sbucciate le patate e tagliatele a dadini, fatele rosolare in un tegame con 4 cucchiaini di olio, unite i funghi, salate, pepate e proseguite la cottura a fuoco medio per 15 minuti.
- **3** Irrorate i pesci con il vino e cuoceteli in forno caldo a 180° per 20 minuti. Passate al mixer il lardo con gli aghi del rosmarino rimasto e l'aglio restante tritato. Distribuite sui pesci le patate e i funghi, proseguite la cottura per 10 minuti e infine aggiungete il pesto di lardo a fiocchetti. Spegnete il forno e lasciate riposare qualche istante al caldo prima di servire.

MEDIA

● Preparazione 30 minuti ● Cottura 45 minuti ● 580 cal/porzione

FRITTINO DI SOGLIOLE, LIMONI E MELANZANE CON SALSA AIOLI

PER 4 PERSONE

400 g di filettini di sogliola
3 limoni non trattati
1 melanzana - 80 g di farina
di riso - 120 g di farina bianca
3 di acqua frizzante ghiacciate
3 spicchi di aglio - 1 uovo
e 1 tuorlo - olio extravergine
d'oliva - sale

- **1** Per la salsa aioli, sbucciate l'aglio e schiacciatelo con un pestello insieme a 1 pizzico di sale e 1 cucchiaino di olio. Mescolate la crema ottenuta con l'uovo e il tuorlo e frullate il tutto versando a filo 2 dl di olio. Unite un cucchiaino di succo di 1 limone e un po' di scorza grattugiata, regolate di sale e passate in frigo.
- **2** Miscelate le 2 farine in una ciotola, unite un pizzico di sale e, mescolando con una frusta, aggiungete l'acqua frizzante. Mettete la pastella ottenuta in freezer. Intanto lavate la melanzana e i limoni rimasti e tagliateli a fette sottili.
- **3** Immergete le fettine nella pastella ben fredda e friggetele, poche alla volta, in abbondante olio bollente. Scolatele e fatele asciugare su carta da cucina. Cuocate allo stesso modo i filetti di sogliola. Salate il frittino e servitelo con la salsa aioli a parte.

FACILE

● Preparazione 40 minuti ● Cottura 30 minuti ● 800 cal/porzione



Piatto Bitussi Home,
sottopiatto Galleria Luisa
delle Piane, ciotolina e
insalata Mauro Bolognesi.
Nella pagina a fianco,
piatto Uriade, forchetta
Serafino Zani, sfumido
Farrow and Ball.
Indirizzi a pagina 6

Piatto e bicchiere
Galleria L'ist delle Piane,
coltello Nella Longari,
Nella pagina fianco, vassoio
Galleria Luisa delle Piane,
piatto Jannelli & Volpi,
Indirizzi a pagina 8

BERE GIUSTO

La sogliola e il rombo hanno
una particolare vocazione
per i bianchi secchi italiani,
quelli non molto profumati,
sebbene nel caso di ricette
elaborate, come la tartara
al curry, si possa optare
per la vena aromatica
di un Riesling. Il generoso
Vermentino sardo governa
il pesto al lardo e incontra
la sapidità della bottarga;
la freschezza di un bianco
della Costiera si associa
ai profumi del fritto,
mentre la matura bellezza
di un Soave è perfetta
con la mugnaia; l'asciutta
Vernaccia di San Gimignano
si misura infine su sogliola
e cannellini.



SOGLIOLA ALLA MUGNAIA CON CREMA DI POLENTA

PER 4 PERSONE

4 sogliole di 300 g ognuna, pulite e spellate - 1 limone - 1 mazzetto di prezzemolo - 300 g di farina per polenta gialla a cottura rapida - 1 manciata di farina bianca - 1 di panna fresca - 70 g di burro - sale - pepe

- 1 Preparate la polenta come indicato sulla confezione, ma aggiungendo un 20% in più di acqua in modo che resti molto morbida. A fine cottura incorporate la panna e tenete in caldo a bagnomaria mescolando spesso.
- 2 Passate le sogliole nella farina bianca e fatele rosolare in un tegame con 2/3 del burro per 3 minuti. Con una paletta giratele delicatamente, unite il burro rimasto e proseguite la cottura per altri 3 minuti.
- 3 Irrorate con il succo del limone, profumate con abbondante prezzemolo tritato, salate e pepate. Servite le sogliole con il loro sughetto e la polenta.

FACILISSIMA

● Preparazione 15 minuti ● Cottura 15 minuti ● 585 cal/porzione



ROMBO AL FORNO ALLA BOTTARGA

PER 4 PERSONE

900 g di filetti di rombo non spellati - 1 pezzo da 70 g di bottarga di muggine - 100 g di olive rosatelle piccanti snocciolate - 50 g di capperi sotto sale - 5 cucchiaini di Vernaccia - 2 spicchi di aglio - 12 pomodorini ciliegia - 1/2 cucchiaino di origano secco - 1 mazzetto di mirto - 1 peperoncino fresco - olio extravergine d'oliva - sale

- 1 Foderate una placca da forno con carta da cucina, strofinatela con uno spicchio d'aglio sbucciato, quindi ungetela con 2 cucchiaini di olio. Sistematevi i filetti di rombo con la pelle rivolta verso il basso.
- 2 Sbucciate l'aglio rimasto, spremetelo con l'apposito attrezzo in una ciotola e aggiungete le olive, i capperi dissalati sotto l'acqua corrente e strizzati, l'origano, le foglioline di 2 rametti di mirto e il peperoncino a pezzetti. Salate, unite 4 cucchiaini di olio e mescolate bene.
- 4 Distribuite la salsetta preparata sui pesci e cuocete in forno caldo a 180° per 5-7 minuti. Poi bagnate con la Vernaccia, alzate la temperatura a 200° e proseguite la cottura per 10-12 minuti. Distribuite il pesce sui piatti e completate con la bottarga a fettine, i pomodorini e qualche rametto di mirto.

FACILISSIMA

● Preparazione 15 minuti ● Cottura 15 minuti ● 355 cal/porzione



FILETTI DI SOGLIOLA GRATINATI CON SUGHETTO DI CANNELLINI

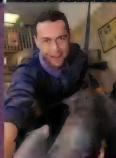
PER 4 PERSONE

700 g di filetti di sogliola - 400 g di fagioli cannellini in scatola - 300 g di pomodorini ciliegia - 50 g di pancarrè - 30 g di erbe aromatiche tritate (prezzemolo, timo, origano, maggiorana) - 40 g di grana padano grattugiato - origano - 9 spicchi di aglio - olio extravergine di oliva - sale - pepe nero in grani

- **1** Fate leggermente rosolare 2 spicchi di aglio sbucciati in un tegame con 3 cucchiaini di olio. Unite i cannellini, i pomodorini tagliati a metà e abbondante pepe nero pestato grossolanamente, salate e proseguite la cottura a fuoco vivace per 3-4 minuti. Eliminate l'aglio e spegnete il fuoco.
- **2** Sbriciolate in pancarrè frullandolo con il mixer e mescolatelo con il grana, le erbe tritate, l'aglio rimasto spremuto con l'apposito attrezzo e un pizzico di sale.
- **3** Sistemate i filetti di sogliola su una placca foderata con carta da forno leggermente unta di olio, spolverizzateli con il pancarrè aromatico e completate con un filo di olio. Cuocete in forno caldo a 230° per 10-15 minuti. Distribuite nei piatti insieme ai cannellini e servite appena tiepido.

FACILISSIMA

● Preparazione 15 minuti ● Cottura 15 minuti ● 355 cal/porzione



MAESTRO DI PESCE A PORTA PALAZZO

Erede di una tradizione iniziata nel 1920, Peppi Gallina è il patron di una celebre peschieria al mercato di Porta Palazzo a Torino (011 5213424, www.pescheriagallina.com).

Consigli per l'acquisto?

Preferisco le sogliole nostrane, sode e saporite, ma per alcune ricette, come gli involtini, si prestano le danesi, meno gustose ma di polpa drittile e tenera. Nel caso del rombo, preferisco il chiodato a quello liscio, perché ha più carattere, e non amo quello allevato, che è molto grasso.

Le cotture più indicate?

In padella con sughetti morbidi o in frittura con pangrattato o farina. L'importante è che la cottura sia breve, altrimenti questi pesci si asciugano troppo. La griglia la evitiamo.

Qualche idea golosa?

Dei filetti di sogliola cosparsi di erbe fresche tritate e avvolti intorno a un gambero. Dei filetti di rombo infarinati, cotti in padella con burro, rosmarino e stimmi di zafferano.

Alzatina di uva e prugne

FIORI E FRUTTI
DALLE DELICATE
SFUMATURE DI
VIOLA E ROSSO
RALLEGRANO
LA TAVOLA DI
INIZIO AUTUNNO

a cura di Alessandro Gnocchi,
realizzazione di Antonella Pavanello,
foto di Francesca Moscheni



PREPARAZIONE ED ESECUZIONE

Occorrente: 1 alzatina concava di circa 20 cm di diametro - 1 spugna per fioristi cilindrica di circa 14 cm di diametro - 1 grappolo di uva nera - 1 grappolo di uva rosé - 8-10 prugne rosse e nere di dimensioni diverse - 4-5 calle viola - 6 rami di more - 4 rametti di parvifolia - stuzzicadenti da 10 cm

- 1 Lavate o lucidate con una pezzuola umida le prugne e gli acini d'uva. Poi preparate le prugne infilzando ciascuna su uno stuzzicadenti. Tagliate i gambi delle calle alla misura voluta e inserite uno stuzzicadenti alla base di ogni gambo.
- 2 Tagliate la spugna per ottenere un disco di 3 o 4 cm di spessore, mettetela in un catino pieno d'acqua lasciandola affondare senza schiacciarla; sgocciolatela e appoggiatela sul fondo dell'alzatina. Cominciate la composizione disponendo lungo il bordo dell'alzatina l'uva nera e alcune prugne fissate con gli stuzzicadenti; poi riempite gli spazi vuoti con qualche rametto di more.
- 3 Fissate le calle al centro della spugna distanziandole un po' tra di loro. Completate aggiungendo l'uva rosata divisa a grappolini e altre prugne. Riempite i buchi con i restanti rametti di more e di parvifolia.

GRANDE
CONCORSO*
SCOPRI
COME VINCERE
UN TESORO
ACQUISTANDO
UN PRODOTTO
MONETA

sui www.moneta.it

*Concorso valido dall'1/1/2012 al 31/12/2012.
estrazione finale entro il 15/02/2013
chiave premiata di 10.130.000 € IVA Inc. 3

Scrigni di sapori.



serie Mammola.

LA TUA CUCINA, OGNI GIORNO UNICA.

Le forme arrotondate e la sua capienza extralarge sono un irresistibile invito, caldo e avvolgente, al piacere della buona tavola in compagnia.

E di *Mammola* non ce n'è una sola, puoi sceglierla in rivestimento interno CERAMICA_01® o in antiaderente WHITECH®.

Moneta ha lo strumento adatto per ogni prestazione e per ogni ricetta, assecondando il tuo stile, le tue scelte, la tua passione tra i fornelli. Moneta, dal 1875 un valore autentico.

moneta
made in italy.

L'UTILE E IL DILETTEVOLE

OGGETTI E ATTREZZI PER LA CUCINA

Antiaderente perfetto

La padella si rinnova e adotta rivestimenti sempre più affidabili, che assicurano la cottura uniforme dei cibi senza eccedere con l'aggiunta di grassi e in molti casi evitandola del tutto. Così il rame, che garantisce l'omogenea diffusione del calore e valorizza il sapore delle preparazioni, offre nuovi rivestimenti oltre al classico stagno: come l'acciaio, di più facile manutenzione, oppure il Teflon® Platinum a tre strati di ultima generazione, che resiste all'abrasione prodotta dagli utensili di metallo. Accanto alle

> segue a pag. 72

- 1 È a base di polvere di diamante il rivestimento antiaderente della linea Swiss Diamond, che non si scalfisce ed è garantito anni (Künzi, ø20, 89 €).
- 2 L'interno antiaderente è più duro e resistente grazie alla forza superiore del titanio (Ballarini Titanio, ø28, 95,90 €).
- 3 Rivestimento rinforzato contro graffi e abrasioni in Teflon® Platinum Plus per la padella con finitura in argento satinato (TVS Platino, ø28, da 25 €). Indirizzi a pagina 8



**MATERIALI INNOVATIVI E PREGIATI COME DIAMANTE
E TITANIO E TECNOLOGIE ALL'AVANGUARDIA MIGLIORANO
LE PRESTAZIONI E LA DURATA NEL TEMPO**

a cura di Marina Cella, testo di Fiammetta Bonazzi, foto di Marco Azzoni/MDA, styling Patrizia Cantoni

> segue da pag. 71

padelle in titanio, durissimo e naturalmente antiaderente, oggi sbarcano ai fornelli avveniristici modelli in polvere di diamante, un materiale prezioso ed eco compatibile con un'ottima e uniforme tenuta termica e una superficie facilissima da pulire.

Consigli per l'acquisto

Di padelle l'ideale è averne di 2-3 misure, col fondo levigato e piano, né troppo leggero (diventano instabili) né troppo pesanti, difficili da maneggiare; il manico, antiscivolo, dev'essere di poco più lungo del diametro della pentola, ed è bene che i bordi siano abbastanza alti (4-7 cm) e svasati, per evitare versamenti e agevolare l'acrobatico salto "salto" del cibo. E per caramellare e tostare, niente di meglio di una lionese in ferro: evita gli sbalzi termici, non brucia i grassi e rende più croccante la doratura. Unica accortezza: va sempre unta con un filo d'olio di semi e, dopo l'uso, asciugata con carta assorbente e sfregata con del sale fino.



■ 1 Assicura cottura uniforme e risparmio energetico la padella in rame con interno stagnato (Medagliani, ø26, 114,60 €). ■ 2 Pratico il modello in rame con rivestimento antiaderente in Teflon® Platinum (Ballarini Il Rame, ø28, 138 €). ■ 3 È perfetta per friggere e caramellare la lionese in ferro (Medagliani, ø28, 33 €). ■ 4 La padella semiprofessionale in rame con interno inox è adatta anche per l'induzione (De Buyer Inoculvres Vip, ø22, 134 €). Indirizzi a pagina 8

Zafferano con bruschetta

...oppure con riso, pasta, carne, pesce,
uova, verdura, salse, frutta e dolci.
Lo Zafferano 3 Cuochi è perfetto su ogni piatto.
Provalo con le tue ricette preferite
e per saperne di più vai su WWW.3CUOCHI.IT



ZAFFERANO 3 CUOCHI
CONDISCOLO COME TI PARE

BONTÀ DI STAGIONE

Riso di tradizione

DALLA LOMELLINA AL BIELLESE, DA PAVIA A VERONA, UN VIAGGIO
DOVE SI COLTIVA E CUCINA ANCORA COME UNA VOLTA

a cura di Barbara Roncarolo, testo di Mariarosa Schiaffino, ricette di Livia Sala,
foto di Michele Tabozzi, stylist Ornella Rota



ALLA VOGHERESE

PER 4 PERSONE

320 g di riso Carnaroli - 2 peperoni - 1 pomodoro - 1 litro di brodo - 1 mazzetto di timo - 30 g di grana grattugiato - 50 g di burro - olio extravergine d'oliva - sale, pepe

- 1 Sgusciate i peperoni e il pomodoro, tagliateli a pezzettini e cuoceteli in tegame con un filo di olio e un pizzico di sale per 15 minuti. Passate 1/3 degli ortaggi al passaverdure.
- 2 Trasferite il riso in una casseruola, erorgetelo con il brodo caldo, poco alla volta, e portatelo a cottura (circa 18 minuti).
- 3 Aggiungete al riso la passata preparata, le verdure a pezzetti tenute da parte, profumate con le foglioline di timo, regolate di sale e pepate. Fate mantecare con il burro e il grana.

FACILE

- Preparazione 15 minuti ● Cottura 20 minuti ● 440 cal/porzione

Tavolo, bicchieri, piatti e tovaglietta La fabbrica del vapore, tovagliolo Società. Indirizzi a pagina 8



CON CASTAGNE ALLA PAVESE

PER 4 PERSONE

200 g di riso Baldo - 1,2 l di latte
- 300 g di castagne - 1 porro - 2
foglie di alloro - 1 mazzetto di
salsvia - 30 g di burro - olio - sale,
noce moscata

- **1** Pelate le castagne e tuffatele per 2-3 minuti in acqua bollente; prelevatene poche alla volta e privatele della pellicina.
- **2** Affettate il porro e soffriggetelo insieme all'alloro e alla salsvia in una casseruola con il burro e un filo di olio; eliminate l'alloro, unite le castagne, il latte, un pizzico di sale e portate a ebollizione.
- **3** Aggiungete anche il riso e lasciate sobbollire a fuoco dolce per 18 minuti, finché sarà cotto. Profumate, se vi piace, con un pizzico di noce moscata e servite.

FACILE

● Preparazione 20 minuti ● Cottura 20 minuti ● 435 cal/porzione

VERONESE ALL'ISOLANA

PER 4 PERSONE

350 g di riso Vialone Nano - 100 g di lombata di manzo
- 100 g di vitello magro - 2 rametti di rosmarino - 60 g
di burro - 50 g di grana grattugiato - 700 ml di brodo
di carne - cannella in polvere - sale, pepe

- **1** Tagliate le due carni a piccerelli, conditele con pepe e sale e lasciate riposare per circa un'ora.
- **2** Sgocciate il burro in un tegame e fatelo rosolare la carne con il rosmarino. Cuocete a fuoco dolce, per 3-4 minuti, finché la carne risulterà tenera.
- **3** Versate il riso in una casseruola, copritelo con il brodo bollente, mescolate appena, poi mettete il copertico e cuocete per 20 minuti, finché il riso avrà assorbito il brodo.
- **4** Condite il riso con la carne e il suo sughero di cottura. Completate con il grana grattugiato e profumate con un pizzico di cannella.

FACILISSIMA

● Preparazione 15 minuti ● Cottura 25 minuti + il riposo
● 525 cal/porzione



ALLA ROVIGINA

PER 4 PERSONE

320 g di riso Vialone Nano - 4 acciughe sotto sale
- 150 g di fegatini di pollo - 20 g di funghi secchi
- 1 mazzetto di prezzemolo - 700 ml di brodo vegetale
- 1 spicchio di aglio - 40 g di burro - olio extravergine
d'oliva - pepe

- **1** Fate ammorbidire i funghi in acqua tiepida. Sfilettate le acciughe e sciaquatetele. Spacciolate i funghi, tritateli con i filetti di acciughe e i fegatini e rosolate il tutto in un recipiente adatto anche al forno con 20 g di burro, un filo di olio e lo spicchio di aglio.
- **2** Aggiungete il riso, pepate, fatelo insaporire con il condimento, copritelo con il brodo bollente, mescolate e cuocete per circa 18 minuti, senza più mescolare e a recipiente coperto. Profumate con prezzemolo tritato.
- **3** Cospargete la superficie con fiocchetti del burro rimasto, passate in forno, finché si sarà formata una crosticina dorata in superficie e servite.

FACILE

● Preparazione 20 minuti ● Cottura
25 minuti ● 450 cal/porzione

Pirofila Coin Casa,
Tovaglietta e piatto
Fabbrica del vapore.
Nell'altra pagina, in
alto: piatti, bicchieri
e tavolo La fabbrica
del verde, tovaglia
■ posate Coin Casa;
sotto: ciotola
Semeraro,
sottopiatto Coin.
Indirizzi ■ pagina 11

Specchi d'acqua chiara che a poco a poco si trasformano in dense ventagliate. Così le risie annunciano ogni anno la primavera. Si semina in aprile, poi dopo 40 giorni era il tempo del toglimento delle piante e contemporaneamente quella della moida, per esigere le erbe infestanti e preparare il buon essiccato dell'autunno. Finché di sera allora le mondare, squadre di donne con le mani e i piedi nell'acqua, che sono i cappelli di paglia, che annuavano nei cicapi per mandare i trapiantare, spesso cantando e accendendo la fantasia degli uomini. Oggi la lavorazione del riso non ha più bisogno di loro, ma la piana padana continua a produrre quel meraviglioso dono della natura, che per gli italiani è sacro e per noi è un fattore fondamentale dell'economia e un cibo dalle mille diete. Perché il riso fin dalla metà del XV secolo ha ispirato magnifici piatti. La perla tipica di Vercelli e la parolcia di Novara, con quello al barolo, dei risotti piemontesi. Il capobono milanese con lo zafferano, i risi veneti e quelli pulisani che non di rado sono prezzi di

soria locale, come quello alla polenta emiliano, che riunisce la pianura del riso, una volta fatta in un grande mantia con un pettolo. E come i famosi risi e bisi che si cucinano a Venezia il giorno di San Marco, quando il doge salutava i veneziani nel nome del Santo patrono con la risottiera in mano. Poi in mille minestre il riso incontra gli ingredienti più variegati, dal latte alla castagna, dai germogli del grano ai fegatini di pollo, Sfornata, fruttelle e torte riempiono i ricettari tradizionali. E su tutti si sono aggiunte le insalate e i risi freddi dell'estate, fino alla moda del sud. Comunque è bene distinguere fra le molte varietà per un buon risotto. L'Arborio è classico, ma anche il Vialone Nano, perfetto per assorbire il condimento e adatto anche a timballi e insalate, il Roma, grosso e tondo, il Baldo, cristallino e ben consistente, il Sant'Andrea, a grani lunghi, ideale anche per guarnizioni. E il Camaroli, il più pregiato per i risotti per il basso grado di collosità e la resistenza in cottura, è capace di esaltare le ricette di alta cucina.



TANTE ALTRE RICETTE
DI RISI E RISOTTI
SULLA NUOVA
APP DI SALLA PER
SCOPRIRE COME
INSTANTANEA
10.122



LINK

PANISSA VERCELLESE

PER 4 PERSONE

300 g di riso Camaroli - 120 g di fagioli di Saluggia secchi - 200 g di salsiccia - 1 litro di brodo di carne - 1 cipolla - 1 pezzo di cotica - 150 ml di vino rosso - 1 rametto di rosmarino - 20 g di parmigiano grattugiato - 30 g di burro - olio extravergine d'oliva - pepe

1 Fate ammorbidire i fagioli in acqua tiepida per 12 ore. Versate il brodo in una pentola, aggiungete 1/2 litro di acqua e portatelo a ebollizione. Unitevi la cotica e i fagioli sgocciolati e fate cuocere il tutto per circa 45 minuti, finché i legumi risulteranno teneri. Sgocciolate gli ingredienti e tenete da parte il brodo.

2 Soffriggete la cipolla tritata con il burro, poco olio e il rosmarino. Unitevi la salsiccia sbriciolata, fate insaporire per un minuto, eliminate il rosmarino, quindi aggiungete il riso, mescolate e coprite con metà del brodo tenuto da parte.

3 Cuocete, aggiungendo il resto del brodo, poco alla volta, e unendo, alla fine, i fagioli. Pepate a piacere e completate con il formaggio grattugiato.

FACILE

Preparazione 20 minuti Cottura 1 ora 645 cal/porzione

Piatti e bicchieri,
sedia e tavolo
La fabbrica del
vapore: tovaglia e
passata Colin Casa.
Indirizzi a pagina 8





Funghi d'Appennino

LE PRIME BRUME AL NORD, GLI ULTIMI CALDI AL SUD:
È IL MOMENTO DI PORCINI & CO. E I BORGHI MONTANI
DI TUTTA LA PENISOLA SI PREPARANO A FESTEGGIARLI

di Paola Mancuso, ricette di Claudia Compagni, foto di Alkèmia, stylist Stefania Aledi

Gli oltre 10 milioni di ettari di bosco che coprono un terzo della nostra Penisola, riporta Coldiretti, sono in grado di regalare circa 30 mila tonnellate di funghi tra porcini, finferli, trombette, chiodini e altre prelibatezze. Per crescere rigogliosi, hanno bisogno di terreni umidi, senza piogge torrenziali, e una buona dose di sole, con temperature di 18-20 gradi, dicono gli esperti. Ma il caldo torrido e la siccità della scorsa estate hanno tenuto con il fiato sospeso buongustai e appassionati dei preziosi frutti autunnali. Motivo di più per apprezzarli in tutta la loro bontà adesso che è il loro momento e festeggiarli nella

> segue a pag. 83

Zuppa gialla



Le lucandine delle sagre organizzate a Cunglietella Silano, in Calabria, a Bagnolo in Toscana e a Parma. In basso, lo stand di una fiera micologica.



In questo pagine, complementi d'arredo, tegamino e piatti in ceramica, SCSA, la vetrina della cultura, della tradizione e della qualità.



ZUPPA GIALLA (APPENNINO TOSCO EMILIANO)

PER 4 PERSONE

500 g di funghi misti - 100 g di farina gialla istantanea
- 1 spicchio d'aglio - 1,5 litri di brodo vegetale
- 2 rametti di nepitella o origano fresco - 30 g di burro
- sale - pepe nero

- 1 Pulite i funghi, eliminando la parte terrosa ■ tagliateli a tocchetti. Sbucciate lo spicchio d'aglio, schiacciatelo e fatelo dorare in una casseruola con il burro. Aggiungete i funghi, un pizzico di sale e cuoceteli per 10 minuti, parzialmente coperti. Eliminate l'aglio.
- 2 Versate prima il brodo bollente, poi a pioggia la farina gialla, mescolate e proseguite la cottura per una decina di minuti, fino a ottenere una minestrina fluida. Aggiungete le erbe aromatiche, regolate di sale, pepate ■ servite.

FACISSIMA ■ Preparazione 10 minuti
■ Cottura 25 minuti ■ 190 cal/porzione

FUNGHI MARINATI - (MONTEFELTRO, MARCHE)

PER 4 PERSONE

1 kg di porcini - 2 spicchi d'aglio - 2 foglie di alloro
- 1 rametto di rosmarino - 2 chiodi di garofano - 1
bicchiere di vino bianco secco - 1/2 limone - olio
extravergine d'oliva - sale - 2/3 bacche di pepe nero

Funghi marinati



- 1 Puite i funghi e tagliateli a fette di circa mezzo centimetro di spessore. Sbucciate l'aglio, schiacciatelo e fatelo dorare in una padella con 5 cucchiaini d'olio. Unite i funghi, le spezie e le erbe aromatiche, salate e cuocate per 5-6 minuti su fiamma bassa.
- 2 Spremeste il mezzo limone e versatene il succo sui funghi, bagnate con il vino bianco, coprite la casseruola e proseguite la cottura per una quindicina di minuti.
- 3 Spegnete, lasciate raffreddare, filtrate il fondo di cottura, cospargetelo sui porcini e serviteli freddi.

FACISSIMA ■ Preparazione 10 minuti
■ Cottura 20 minuti ■ 155 cal/porzione

STOCCO CON CARDONCELLI (ALTOPIANO DELLA SILA)

PER 4 PERSONE

600 g di baccalà già ammollato - 600 g di cardoncelli
- 440 g di pomodori pelati in scatola - 1 cipolla bionda
- 1 spicchio d'aglio - 1 mazzetto di prezzemolo - 1
pizzico di peperoncino piccante
- olio extravergine d'oliva - sale

- 1 Pulite i cardoncelli e tagliateli a metà. Eliminate le lisce e la pelle dal baccalà e tagliatelo a bocconcini.
- 2 Sbucciate e schiacciate lo spicchio d'aglio, sbucciate e tagliate a fettine la cipolla e fate soffriggere entrambi in una casseruola con 4-5 cucchiaini d'olio. Unite i funghi e una presa di sale e cuoceteli coperti per circa 15 minuti.
- 3 Unite i pomodori pelati spezzettati, il baccalà e un pizzico di peperoncino e proseguite la cottura con la casseruola coperta per 20 minuti. Eliminate l'aglio e completate con una manciata di foglie di prezzemolo.

FACILE ■ Preparazione 20 minuti
■ Cottura 30 minuti ■ 265 cal/porzione

SAGRA DEL FUNGO DI BORGOTARO IGP

Borgo Val di Taro (PR),
15-16 e 22-23 settembre.
Info: www.sagradelfungodiborgotaro.it

SAGRA DEL FUNGO AMIATINO

Bagnolo (GR), 13-14 ottobre.
Info: 0564979603 (Comune);
0564977142 (Proloco).

SAGRA DEL FUNGO E DELLA CASTAGNA

Vivo d'Orcia (SI), 13-14 e 20-21 ottobre.
Info: 0577873794 (Proloco);
0577887211 (info turistiche).

FESTA DEL FUNGO San Sisto (PU),

29-30 settembre e 6-7 ottobre.
Info: 3313645646.

SAGRA DEL FUNGO Camigliatello Silano (CS),

12-13-14 ottobre. Info: www.camigliatelloilano.eu.

FESTA DEL FUNGO e dei prodotti della montagna

Mammola (RC), 28 ottobre.
Info: 3392955629 (Proloco).

SAGRA DEL FUNGO CHIODINO

Dello (BS), 26-28 ottobre. Info: 0309718012.

Le manifestazioni possono subire rinvii o cancellazioni: si consiglia di informarsi preventivamente.

Stocco con cardoncelli



TROVATE PIANTE ALIVE
PICETTE CON
I FUNGHI SULLA NUOVA
APP DI SALE SPEPE.
SCOPRITE COME
INSTALLARLA
A PAGINA 122

e segue da pag. 79

minade di sagre organizzate nei borghi di tutto l'Appennino. Come quella ormai consolidata di Borgotaro, popoloso centro nel territorio parmense, dove cresce il pregiato porcino. L'unico Igp, nelle sue quattro specie estivo (dolce e aromatico), moro (delicato), nero (il più profumato) e Cepparello buono (tardivo). Tutto il crinale toscano emiliano è famoso per la qualità dei suoi porcini. Tra i territori di Grosseto e Siena, il Monte Amiata, un immenso cono verde ricoperto di faggi e castagni, è un altro luogo d'elezione per l'oggetto del desiderio della maggior parte degli italiani. L'occasione per assaggiarli sono la Sagra

del Fungo Aurifino che si tiene a Borgo di Santa Fiora (GR), dove si gustano la zuppa di funghi secondo un'antica ricetta e altri piatti tipici, e vengono organizzate passeggiate guidate nei boschi; oppure la sagra del Fungo e della Castagna che si svolge nel borgo medievale di Vivo d'Orcia (SI). Anche il Montefeltro, nell'entroterra marchigiano, è un "terreno di caccia" per i fungaroli: mazze di tamburo e porcini si alternano a ruscole, gallinacci e un curioso fungo nero: la tombetta da morto. Si possono acquistare o assaggiare a Piandimonte (PU), in località San Sisto, insieme a formaggi e prodotti della norcinaia lo-

cale. Poi si può decidere di visitare le splendide rocche disseminate nei dintorni, in primis quella di San Leo, o di andare alla scoperta del parco naturale del Sasso Simone e Simoncello, uno dei più grandi boschi di cerri d'Europa. È invece un bosco di pini larici plurisecolari, detti "giganti della Sila", quello che si trova a una manciata di chilometri da Camigliatello Silano (CS), base perfetta per passeggiate micologiche: già alla periferia del paese iniziano itinerari per scovare porcini, singuinelli, ma anche ovoli e gallinacci. Tutti festeggiati da oltre 40 anni con una Sagra del fungo tra le più importanti d'Italia.

FOOD
EXPERIENCE
MONDADORI

26-30 settembre
Milano, piazza Liberty

*L'arte
di amare la cucina*



1° FESTIVAL
ENOGASTRONOMICO DI MONDADORI
IN COLLABORAZIONE CON **sale&pepe**

CORSI FOOD
DI SALE&PEPE

esperti SHOWCOOKING

sfide *laboratori* GASTRONOMIA
incontri

SCUOLA DI CUCINA
DEGUSTAZIONI

personaggi *golosità*

Scopri gli appuntamenti su www.corso-di-cucina.it

il primo Festival Enogastronomico

CON IL PATROCINIO DI

Milano



Comune
di Milano




LA DOLCE VITA

Cioccolato e nocciole

UN CONNUBIO INTRAMONTABILE
E SEDUCENTE CHE ESALTA SOFFICI TORTE,
BISCOTTI FARCITI E COPPE CREMOSE

a cura di Marina Cella, ricette di Claudia Compagni,
foto di Luca Colombo/Studio XL, styling Sissi Valassina e Barbara Mantovani



Tessuto sfondo Quagliotti,
vasconi in legno
Mauro Bolognesi.
Indirizzi a pagina 8

Chi penserebbe che l'inesistibile abbinamento tra nocciole e cioccolato nasque più per ragioni pratiche che per l'estro di un pasticcere? Eppure il gianduiotto, che ne sancì il successo, fu in origine un espediente per supplire alla carenza di cacao, diventato a metà Ottocento sempre più costoso e difficile da trovare a causa dell'embargo napoleonico alle merci provenienti dalle colonie inglesi. Il pasticcere torinese Michele Prochet ebbe allora l'idea di miscelare il cioccolato con una ricchezza della sua regione, le nocciole, dando vita al primo cioccolatino a base di gianduja (dal nome della maschera torinese), poi battezzato gianduiotto e lanciato sul mercato da Caffarel. Sempre in Piemonte, terra di nocciole pregiate (la Tonda Gentile delle Langhe è Igp), è nata la Nutella, versione spalmabile del gianduja diventata famosa in tutto il mondo. Perché non c'è ingrediente che si sposi alla perfezione con il cioccolato come le nocciole, più di altre varietà di frutta secca, degli agrumi, di liquori e caffè. Forse il matrimonio più felice è quello con il cioccolato al latte, di gusto meno forte e più morbido del fondente; meglio

se prodotto con varietà di cacao non troppo decise come il Ghana (africano) e l'Écuador (sudamericano): al primo assaggio lasciano spazio alla noccioia ma rimangono poi in bocca con note persistenti. Anche l'impasto del gianduiotto, a cui ogni maître chocolatier regala il suo tocco personale, ha un sapore leggermente dolce; secondo la ricetta tradizionale si prepara con nocciole, zucchero, una miscela di cacao e burro di cacao ma senza latte. Prelibatezze di nocciole e cioccolato si trovano non solo in Piemonte ma anche in altre regioni che vantano pregiate cultivar. Come la Campania, dove cresce la noccioia di Giffoni Igp (SA); squisita nella classica torta, un semplice impasto a base di farina, uova, burro e zucchero, oppure tritata con fondente e liquore in dolcetti spolverizzati di zucchero. Anche il Lazio ha la sua Tonda Gentile, la romana Dop; protagonista dei cruschietti viterbesi, biscotti secchi ottimi con il tè ma anche a fine pasto accompagnati da un vino amabile.

*con la collaborazione di Mauro Morandini,
maître pâtissier a Saint-Vincent, AO*

TORTA MORBIDA AL GIANDUIA CON CAMELLO

PER 8 PERSONE

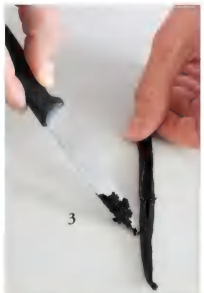
180 g di cioccolato gianduja - 150 g di burro - 80 g di farina - 80 g di nocciole tostate - 180 g di zucchero a velo - 4 uova - 30 g di zucchero semolato - sale

Per il decoro: cacao amaro - 50 g di nocciole tostate - 100 g di zucchero

- 1 Separare i tuorli dagli albumi. Passate al mixer le nocciole con la metà dello zucchero a velo fino a ottenere una polvere finissima.
- 2 Tritate finemente il cioccolato, trasferitelo in una ciotola resistente al calore con il burro a dadini e sciogliete i due ingredienti a bagnomaria. Unite i tuorli al composto e mescolate. Aggiungete lo zucchero a velo rimasto e le nocciole tritate con lo zucchero, mescolate e levate la ciotola dal bagnomaria.
- 3 Montate gli albumi con un pizzico di sale e lo zucchero semolato fino a ottenere una meringa lucida ma ancora morbida e unitela al composto precedente mescolando con movimenti dal basso verso l'alto. Aggiungete la farina setacciata e amalgamate con cura gli ingredienti.
- 4 Versate l'impasto in uno stampo di 18 cm di diametro rivestito con carta da forno bagnata e strizzata e cuocete il dolce in forno caldo a 220° per 10 minuti. Abbassate la temperatura a 160° e proseguite la cottura per altri 25 minuti. Lasolate riposare la torta per 5 minuti, levatela dallo stampo, fatela raffreddare e trasferitela in frigorifero per 6-8 ore.
- 5 Togliete la torta dal frigo e spolverizzatela abbondantemente di cacao. Decorate con le nocciole immerse per qualche minuto nello zucchero caramellato su fiamma media con 2 cucchiai di acqua, e fatte raffreddare su carta da forno.

FACILE

• Preparazione 15 minuti • riposo • Cottura 45 minuti • 545 cal/porzione



TRUFFLE SEMIFREDDO AL RUM

PER 10 PERSONE

400 g di cioccolato fondente - 3 dl di panna fresca - 1 baccello di vaniglia - 2 cucchiaini di rum - 80 g di burro - 4 tuorli - 150 g di nocciole tostate - 130 g di zucchero

- **1** In un padellino sciogliete lo zucchero con 3 cucchiaini d'acqua, unite le nocciole e mescolate fino a che diventa bianco e sabbioso. Continuate a cuocere lo zucchero fino a che caramella, spegnete e versate le nocciole su carta da forno. ● **2** Lasciate raffreddare le nocciole e pestatele finemente nel mortaio, tenendone da parte 3 o 4 intere per il decoro. ● **3** Incidete il baccello di vaniglia nel senso della lunghezza, prelevate i semi con la lama di un coltellino e riuniteli in una casseruola con la panna e il baccello. Portate al limite dell'ebollizione e lasciate in infusione per 20 minuti. ● **4** Tritate finemente il cioccolato con un coltello, trasferitelo in una ciotola resistente al calore con il rum e un cucchiaino d'acqua e scioglietelo a bagnomaria. ● **5** Montate il burro con una spatola fino a renderlo cremoso. ● **6** Unite i tuorli. ● **7** Versate a filo il composto di cioccolato intiepidito. ● **8** Montate la panna alla vaniglia e amalgamatela al composto. Riempite uno stampo alto e scannellato da budino, della capacità di un litro, con strati del composto di cioccolato preparato alternati alle nocciole tritate, tenendo da parte 2 cucchiaini di queste ultime. Fate gelare il truffle in freezer per 6-8 ore. Toglietelo dal freezer, immergete lo stampo per pochi secondi in acqua calda; sformate il dolce e cospargetelo con le nocciole tritate tenute da parte. Decoratelo con le 3-4 intere caramellate e servite.

MEDIA ● Preparazione 20 minuti + riposo ● Cottura 20 minuti ● 535 cal/porzione



Tessuto Odgar, piatto
in vetro con cupola.
Blanc Mariclo.
Indirizzo a pagina 8



CIAMBELLA GLASSATA

PER 8 PERSONE

200 g di farina - 150 g di
zucchero - 170 g di nocciole
tostate - 100 g di burro - 2 uova
- 8 g di lievito vanigliato - 5
cucchiaini di latte - sale - 100 g di
cioccolato al latte - 1 dl di panna
- burro e farina per lo stampo

● **1** Tritate finemente 150 g di nocciole con 50 g di zucchero. Montate il burro molto morbido con lo zucchero rimasto fino a ottenere un composto spumoso. Unite le uova e un pizzico di sale, la farina setacciata con il lievito, il latte e le nocciole tritate e amalgamate con una spatola.

● **2** Imburrate e infarinate uno stampo a ciambella lavorato di 22 cm di diametro, versatevi l'impasto preparato e cuocete il dolce in forno già caldo a 180° per circa 50 minuti.

● **3** Lasciatela riposare per 5 minuti, levate la ciambella dallo stampo e fatela raffreddare su una gratella da pasticceria. Tritate finemente il cioccolato al latte e scioglietelo a bagnomaria insieme alla panna. Mescolate, lasciate intiepidire, glassate la torta e cospargetela con le nocciole rimaste spezzettate.

FACILE

- Preparazione 20 minuti
- Cottura 55 minuti
- 530 cal/porzione

In questa pagina: piatto
Bitossi Home, vassoio in
legno Mauro Bolognesi,
bicchieri Luisa delle Piane.

Nella pagina accanto:
"vassoietto e mug in legno
Mauro Bolognesi, tessitura
Society. Indirizzi a pagina 8





BISCOTTI FARCITI ALLA CREMA

PER 20 BISCOTTI CIRCA

150 g di nocciole tostate - 100 g di zucchero a velo
- 1 albume - 100 g di cioccolato fondente - 2 tuorli - sale

- 1 Tritate finemente il cioccolato con un coltello e sciogletelo a bagnomaria. Riunite in una casseruola 50 g di zucchero a velo con 0,6 di d'acqua, portate a ebollizione e spègnate.
- 2 Trasferite i tuorli in una ciotola resistente al calore, metteteli sopra una pentola con acqua in leggera ebollizione e mescolate con un paio di fruste elettriche. Quando i tuorli si sono intiepiditi levate la ciotola dal bagnomaria e unite a filo lo sciroppo di acqua e zucchero bollente continuando a frullare per 3-4 minuti. Aggiungete il cioccolato fuso, frullate ancora per qualche secondo e mettete la crema in frigorifero.
- 3 Tritate le nocciole in un piccolo mixer fino a ridurle in pasta, unite lo zucchero a velo rimasto e frullate per qualche secondo. Aggiungete l'albume e un pizzico di sale e mescolate. Trasferite l'impasto in una tasca da pasticceria montata con la bocchetta liscia di 6 mm e formate tante cialde di circa 3 cm di diametro su una teglia rivestita con carta da forno.
- 4 Cuocete le cialde in forno già caldo a 180° per 10 minuti e lasciatele raffreddare. Farcitele la metà con la crema al cioccolato preparata, copritale con le cialde rimaste e servite.

FACILE

● Preparazione 20 minuti ● Cottura 15 minuti ● 100 cal/biscotto

COPPA DI CREMA IN BIANCO

PER 4 PERSONE

1/2 litro di latte - 6 tuorli - 120 g di zucchero - 40 g di farina - 100 g di nocciole tostate - 200 g di cioccolato bianco - 300 g di ricotta o formaggio cremoso - sale

● 1 Montate i tuorli con lo zucchero con un paio di fruste elettriche fino a ottenere un composto chiaro e spumoso. Frullate le nocciole in un piccolo mixer finché otterrete una crema oleosa; poi unirla al composto di tuorli e zucchero.

● 2 Aggiungete la farina e un pizzico di sale. Versate a filo il latte, mescolate e cuocete la crema su fiamma bassissima per 7-8 minuti fino a che si addensa. Copritela a contatto con un foglio di pellicola e lasciatela raffreddare.

● 3 Tritate finemente 100 g di cioccolato bianco e scioglietelo a bagnomaria. Poi mescolatelo con la ricotta setacciata attraverso un colino a maglie fini per eliminare gli eventuali grumi.

● 4 In 4 bicchieri alti alternate strati di crema alle nocciole e di mousse di cioccolato bianco fino a esaurire gli ingredienti. Servite la crema fredda, decorata con il cioccolato bianco rimasto a riccioli.

FACILE

● Preparazione 20 minuti ● Cottura 10 minuti ● 1135 cal/porzione

In questa pagina: bicchieri Carlo Moretti, piano in ferro Sciorlino, cucchiaino Galleria Luisa delle Piane. Nella pagina accanto: tagliere Galleria Luisa delle Piane. Indirizzi a pagina 8



TARTE ALLA RICOTTA

PER 8 PERSONE

150 g di farina • 100 g di burro • quello per lo stampo • 50 g di cacao amaro in polvere • 2 uova • 40 g di zucchero a velo • 300 g di ricotta piemontese • 120 g di nocciole tostate • 100 g di zucchero semolato • 1 tuorlo • 1 l di panna fresca • 50 g di cioccolato fondente • sale

- 1 Frullate nel mixer la farina con il cacao, il burro freddo a dadini, un pizzico di sale e lo zucchero a velo. Quando si formano delle piccole briciole unite 1 uovo e frullate fino a ottenere una palla di pasta. Avvolgetela in un foglio di pellicola e fatela riposare in frigo per 30 minuti.
- 2 Riprendete l'impasto e stendetelo in una sfoglia dello spessore di circa 3 mm; poi trasferitela in uno stampo rettangolare di 20x24 cm con il fondo smovibile leggermente imburato, facendola aderire anche ai bordi. Bucherellate il fondo con i rebbi di una forchetta ed eliminate la pasta eccedente.
- 3 Tritate finemente 100 g di nocciole con la metà dello zucchero semolato. Mescolate in una ciotola la ricotta con la panna, le nocciole tritate, lo zucchero semolato rimasto, l'uovo rimanente e il tuorlo. Versate nella base di frolla.
- 4 Cuocete la tarte nella parte bassa del forno già caldo a 150° per circa 40 minuti e fatela raffreddare. Mettetela in frigorifero, al momento di servire, decoratela con il cioccolato sciolto a bagnomaria e le nocciole tritate spezzettate.

FACILE

● Preparazione 20 minuti • riposo • Cottura 40 minuti • 515 cal/porzione

LA DOLCE VITA DI CHIARA

Tortino di mandorle e lamponi

UN SEMIFREDDO D'EFFETTO IN CUI LE NOTE ACIDULE DELLA MOUSSE FANNO DA CONTRAPPUNTO A QUELLE PIÙ ZUCCHERINE DEI TORTINI. DA ACCOMPAGNARE CON UNA DELICATA TISANA

ospite nella nostra cucina Chiara Patracchini, a cura di Mariateresa Carlucci, foto di Michele Tabozzi





INGREDIENTI PER 10 PORZIONI

per i tortini: 250 g di farina di mandorle - 250 g di zucchero a velo - 250 g di burro - 4 lime non trattati - 6 uova - burro e farina per gli stampi per la mousse: 500 g di lamponi - 200 g di zucchero semolato - 22 g di gelatina in fogli - 500 g di panna semimontata per la tisana: 180 g di succo di mele - 50 g di miele - 3 stecche di cannella per rifinire: 1 mela rossa Fuji (150 g circa) - 10 g di burro - 2 g di pepe sichuan o di bacche di pepe rosa - 25 g di zucchero di canna - 1/2 cucchiaino di brandy - lamponi - foglioline di menta

● **1** Preparate i tortini: montate il burro con le fruste elettriche per 5 minuti o finché il volume sarà raddoppiato. Unite lo zucchero a velo setacciato e sbattete per altri 3 minuti. Incorporate metà della farina di mandorle, 2 uova e la scorza grattugiata dei lime; quindi amalgamate le uova e gli ingredienti rimanenti. Lasciate riposare in frigo per 1 giorno. ● **2** Distribuite il composto in 20 stampini cilindrici ghiacciati di 5 cm di diametro e alti 4 cm, imburrati e infarinati, riempiendoli per 1/4 della loro altezza. Cuoceteli in forno a 190° per 8-10 minuti e poi lasciateli raffreddare. ● **3** Preparate la mousse: portate a ebollizione 2,5 dl d'acqua con lo zucchero; frullate i lamponi e passate la polpa in un colino; unite allo sciroppo e portate di nuovo a ebollizione. Aggiungete la gelatina, ammorbidita nell'acqua ghiacciata e strizzata; fate raffreddare il composto finché è tiepido, quindi incorporate la panna semimontata. ● **4** Preparate la tisana: portate a ebollizione 3 dl d'acqua con tutti gli altri ingredienti, lasciate in infusione per 20 minuti e filtrate con un telo di cotone. ● **5** Preparate la rifinitura: lavate la mela, sbucciatela, tagliatela a dadini e fateli saltare in una padella con il burro fatto fondere con i grani di pepe (che vanno eliminati); unite lo zucchero, fiammeggiare con il brandy e lasciate raffreddare. ● **6** Componete il dolce: sistemate 10 tortini in altrettanti stampini cilindrici (vanno bene quelli usati per la cottura), foderati con cilindretti di acetato (pellicola trasparente rigida) di 2 cm più alti. Distribuite sopra metà della mousse e fate rassodare in frigo per 30 minuti. Coprite con i tortini rimasti, completate con il resto della mousse e fate rapprendere in frigo per 2 ore. Sistemate i tortini sui piatti, rifinite con i dadini di mela, i lamponi freschi e le foglie di menta. Servite con la tisana fredda o calda.

FACILE ● Preparazione: 40 minuti + riposo ● Cottura: 25 minuti

LA FORZA DELLA PASSIONE

Anche questo mese **Chiara Patracchini** (pasticciere al ristorante **La Credenza** di San Maurizio Canavese, Torino) ha tenuto fede ai suoi quattro "comandamenti": "Nei miei dolci" dice "non possono mancare **consistenza, croccantezza, cremosità e acidità**". E in questa ricetta, con il tortino di mandorle abbinato alla mousse di lamponi, li ha interpretati in maniera sublime. Schiva, ma sempre determinata, prima di proporre una sua nuova creazione la sottopone alla squadra in cucina; se riscuote successo, la fa assaggiare a un ristretto gruppo di clienti affezionati e, solo dopo la loro approvazione, la inserisce nella lista del menu. Certa di andare a colpo sicuro.



La sfoglia, i cannoncini

UNA PASTA CHE RICHIEDE PIÙ "GIRI" PER INCORPORARE IL BURRO E DIVENTARE FRAGRANTE E LA SUA PIÙ GHIOTTA APPLICAZIONE. SEGUITE PASSO PASSO LE RICETTE: SCOPRIRETE CHE L'ALTA PASTICCERIA È ANCHE ALLA VOSTRA PORTATA

di Miriam Ferrari, in cucina Livia Sata, foto di Maurizio Lodi





LA SFOGLIA CLASSICA

- **1** Tenete a disposizione nella parte più fredda del frigorifero un panetto di burro di 400 g. Raccogliete 500 g di farina sul piano di lavoro, fate la fontana, unite 12 g di sale e versate al centro 2 dl di acqua molto fredda, 2 cucchiaini di aceto di vino bianco e 50 g di burro fuso, mescolate con la punta delle dita, incorporando man mano la farina; lavorate a piene mani fino a ottenere una pasta omogenea e compatta, avvolgetela in pellicola e mettetela in frigorifero per un paio d'ore.
 - **2** Trascorso questo tempo riprendete la pasta, appoggiatela sul piano infarinato e stendetela con il matterello in un quadrato dello spessore di circa un cm, quindi, partendo dal centro, schiacciate ulteriormente i 4 angoli in modo da ottenere 4 lembi esterni.
 - **3** Prendete il panetto di burro dal frigorifero, appoggiatevi sopra un foglio di carta da forno e schiacciatelo a più riprese con il matterello per renderlo malleabile.
 - **4** Appoggiate il burro al centro della pasta e richiudetevi sopra i 4 lembi esterni, procedendo come se chiudeste un pacchetto.
 - **5** Infarinare ancora leggermente il piano e stendete la pasta, fino a ottenere un rettangolo di circa 40x70 cm, poi ripiegate verso il centro i due lembi esterni, in modo da ottenere 3 strati sovrapposti (1° giro).
 - **6** Ruotate la pasta di 90° e stendetela ancora, quindi piegate di nuovo in 3 strati (2° giro); avvolgetela in pellicola e mettetela in frigorifero per un'ora.
 - **7** Riprendete la pasta e stendetela ancora, quindi riavvolgetela nella pellicola e rimettila in frigorifero.
 - **8** Stendete e ripiegate la pasta altre 2 volte (3° e 4° giro) e mettetela in frigo per un'altra ora. Fate altri 2 giri (in totale dovranno essere 6) e ponete in frigorifero ancora per un'ora. Per ricordarvi il numero di giri ogni volta che ripiegate la pasta praticatevi tante fossette con l'indice.
- La pasta sfoglia si conserva in frigorifero, avvolta in pellicola, per una settimana e nel congelatore o nel freezer (temperatura -18°) anche per 3-4 mesi. Se intendete congelarla è consigliabile fare solo 4 giri e riservare gli ultimi 2 solo dopo averla scongelata, circa un'ora prima di usarla.





I CANNONCINI

- **1** Prendete un panetto di pasta sfoglia di circa 500 g e stendetelo con il matterello in un rettangolo dello spessore di 1/2 cm; appoggiate il rettangolo su un foglio di carta da forno, utilizzzate come guida un'assicella di legno e, con una rotella tagliapasta a bordi zigrinati, tagliatelo a strisce larghe circa 2,5 cm e lunghe 30 cm.
- **2** Spennellate con un uovo sbattuto le strisce fino a metà larghezza e per tutta la lunghezza. • **3** Avvolgete ogni striscia attorno a un cannello di metallo a forma di cono, iniziando dalla parte appuntita e sovrapponendo di circa un cm il lato della striscia indorato con l'uovo.
- **4** Preparate uno sciroppo facendo sciogliere 3-4 cucchiaini di zucchero in 1/2 dl di acqua, lasciatelo raffreddare, poi spennellate i cannoncini; spargete uno strato di zucchero semolato su un vassoio e rotolatevi i cannoncini.
- **5** Sistemate i cannoncini su una placca foderata con carta da forno o un foglio siliconato e passateli in forno già caldo a 200° per 15-18 minuti, finché la pasta risulterà ben dorata.
- **6** A fine cottura togliete la placca dal forno, lasciate riposare i cannoncini per qualche minuto, poi sfilateli delicatamente dai cannelli.
- **7** Preparate una crema pasticciera (o altra crema a piacere: vedi testo qui di seguito) e usando una tasca con bocchetta larga e liscia farcite i cannoncini.
- **8** Raccogliete in 3 ciotoline separate un trito di pistacchi, uno di mandorle e uno di arachidi a appoggiatevi l'imboccatura dei cannoncini, alternando i diversi gusti. Disponete man mano i cannoncini su un vassoio e teneteli in frigorifero fino al momento di servire.

LE CREME PER FARCIRE

Pasticciera. Portate a ebollizione 1/4 di litro di latte con una scorzetta di limone. Montate 3 tuorli con 70 g di zucchero, aggiungete 20 g di farina e diluite con il latte; cuocete a fuoco basso finché la crema si addensa. Al cioccolato. Preparate una pasticciera incorporando 100 g di cioccolato fondente grattugiato quando è calda. Al caffè. Montate 2 tuorli con 70 g di zucchero, unite 80 g di noccioline in polvere, un cucchiaino di amido di mais, 1/2 dl di caffè ristretto e un cucchiaino di caffè il polvere; cuocete a fuoco basso finché la crema è densa.





NEL PROSSIMO NUMERO: ALTRE CREAZIONI CON LA SFOGLIA

LUOGHI ECCELLENTI



Genova da scoprire

UNA CITTÀ SPETTACOLARE,
VIVA, RICCA DI STIMOLI
E SUGGERZIONI. DIETRO
L'ANGOLO C'È SEMPRE UNA
CHIESA STUPENDA, UN
VICOLO FITTO DI BOTTEGHE,
UN ANTICO PALAZZO,
UN'OSTERIA TIPICA

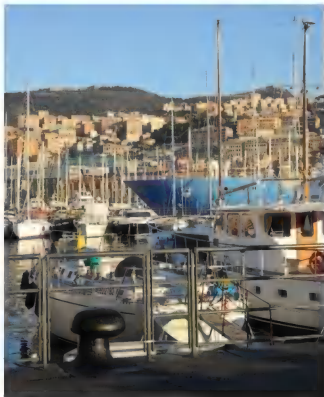
a cura di Cristiana Cassé,
testo, foto e ricette di Spagoni+Mulas



Sbuciamo dai monti "con quella faccia un po' così, che abbiamo noi prima di andare a Genova" - come canta Paolo Conte in una delle più belle canzoni dedicate al capoluogo ligure - e di colpo la vediamo, accoccolata lungo il mare. È lì, con i suoi palazzi colorati, prima antichi, poi sempre più moderni salendo per la collina. Le grandi navi riescono a nascondersela per poco, con la loro immensità. Poi le superiamo, lasciamo la sopraelevata e ci inoltriamo nel centro storico. È il più grande d'Europa (patrimonio dell'Umanità per l'Unesco), con i suoi antichi palazzi che hanno ospitato Reali e personalità illustri di tutto il mondo dalla metà del XVI secolo. Tanti sono in via Garibaldi, una scenografia a cielo aperto dove si incontrano palazzo Nicolosio Lomellini (della metà del '500, con i suoi festosi stucchi su campo grigioazzurro) e palazzo Nicolò Grimaldi, che dal 1848 ospita il municipio di Genova e, insieme a Palazzo Bianco e Palazzo Rosso, è sede di un percorso museale con importanti raccolte di pittura e arte decorativa; vi si può anche ammirare il mitico violino di Paganini, firmato Guarneri del Gesù. Dalla vicina piazza De Ferrari, con la grande fontana disegnata nel 1936 da Giuseppe Crosa di Vergagni, si può imboccare via XX settembre, arteria cult per lo struscio cittadino, con negozi griffati e bar di lusso, oppure, in direzione opposta, ammirare la maestà di Palazzo Ducale (costruito sul finire del 1200), dimora del primo Doge genovese, Simon Boccanegra.

> segue a pag. 102

Sotto, il Porto Antico. Nella pagina a fianco, in grande, il profilo della cattedrale di San Lorenzo sullo sfondo di palazzo Fieschi; nelle foto piccole, la tipica focaccia e lo scorcio di un carrugio nel centro storico.



ACCIUGHE AL VERDE

PER 4 PERSONE

500 g di acciughe freschissime pulite - 3 spicchi di aglio - 1 manciata di prezzemolo - 1/2 bicchiere di vino bianco secco - brodo vegetale (se necessario) - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

- 1 Tritate il prezzemolo e pelate l'aglio. Scaldate 2-3 cucchiai di olio in una capiente padella antiderente e soffriggetevi gli spicchi d'aglio. Quando saranno dorati, aggiungete le acciughe e fatele rosolare da ambo i lati.
- 2 Sfumatele con il vino bianco, cospargetele con il prezzemolo tritato, regolate di sale e pepate.
- 3 Proseguite la cottura finché le acciughe saranno morbide, aggiungendo, se necessario, un mestolino di brodo vegetale. Servitele ben calde.

FACILISSIMA

- Preparazione 5 minuti Cottura 15 minuti
- 180 cal/porzione





TRENETTE AL PESTO

PER 6 PERSONE

500 g di trenette - 30 foglie di basilico genovese (circa 25 g) - 1 spicchio d'aglio - 1/2 bicchiere di olio extravergine d'oliva - 3 cucchiaini di parmigiano reggiano grattugiato - 1 cucchiaino di pecorino sardo grattugiato - 1 cucchiaino di pinoli - sale grosso

- **1** Portate a ebollizione abbondante acqua leggermente salata. Nel frattempo, preparate il pesto.
- **2** Lavate e asciugate delicatamente le foglie di basilico. In un mortaio di marmo pestate lo spicchio d'aglio pelato, aggiungete il basilico e qualche grano di sale grosso e lavorate gli ingredienti strisciando il pestello con un movimento rotatorio. Una volta sminuzzato il basilico, unite i formaggi e i pinoli e schiacciate anch'essi finché saranno ben incorporati. Quindi versate l'olio e proseguite la lavorazione fino a ottenere una salsa morbida.
- **3** Lessate le trenette nell'acqua bollente, scolatele (non sgocciolatele troppo, se restano un po' bagnate il risultato sarà più cremoso), conditele con il pesto e servitele subito.

FACILE

- Preparazione 15 minuti ■ Cottura 10-12 minuti
- 390 cal/porzione

> segue da pag. 101

Proprio accanto a palazzo Ducale, ecco la cattedrale di San Lorenzo, consacrata nel 1118, con la facciata a fasce bianche e nere, in cui si aprono i portali gotici. Tutto intorno i caruggi, le piccole piazze, dell'Amor perfetto per esempio, e le chiese romaniche di San Donato, con la torre campanaria ottagonale (del XII secolo, una delle più antiche di Genova), e S.S. Cosma e Damiano, riaperta da poco dopo i restauri. È facile ma anche doveroso perdersi in Vico del fico oppure, più su, tra vico dello Zucchero e del Cioccolatte, piazza della Giuggiola e dell'Olivella, per respirare l'atmosfera del centro storico, da sbirciare come un confetto antico dal cuore di cannella, proprio come quelli che le confetterie continuano a produrre, tagliando a mano le stecche di cannella e dosando "a esperienza" lo zucchero. Il tempo rallenta, il passo si fa tranquillo, complici le salite e le discese, le cosiddette crose in mattoni, che si arrampicano tra le case, dal mare fin su in collina, come Salita Sant'Anna o San Nicoloso, Salita Santa Brigida o delle Monache Turchine, verso i quartieri più tranquilli di Castelletto e poi del Righi.

> segue a pag. 104

Sotto, l'impagabile suggestione del tramonto sui cantieri navali del porto. Uno spettacolo che si può godere semplicemente fermandosi in piazza Sarzano, in pieno centro storico.



Wonder
Cakes



Mmmh... Macarons che Bontà!



LE
PISTOLE DI
Renato
ARDOVINO

Fantasia multicolore da gustare anche a occhi chiusi.

Realizza 24 Macarons grazie al tappetino in silicone
e alle Sac à Poche usa e getta contenute all'interno
della confezione.

**Scopri la ricetta realizzata dal più famoso
cake designer Renato Ardivino.**

Il preparato **Macarons Mix** lo trovi su:
www.silikomart.com



Scopri tutti i prodotti
per la decorazione
della linea **Wonder Cakes!**

MADE IN ITALY

Silikomart S.r.l. • Mellaredo di Pianiga (VE) Italy • Tel +39 041 5190550



silikomart®



www.silikomart.com



Sopra, sullo sfondo della città, il Porto Antico nella zona dell'Acquario; in primo piano la Biosfera dell'architetto Renzo Piano. Qui accanto, il gustoso baccalà fritto. Sotto, la centralissima via Garibaldi, all'altezza di Palazzo Rosso.



> segue da pag. 102

I quartieri "alti" si possono raggiungere anche con ascensori e teleferiche che, passando tra giardini e palazzi, arrivano in zone come Spianata Castelletto, ideale per ammirare dall'alto quel prezioso tappeto di tetti in ardesia, torri e campanili che è Genova.

Vita di porto e profumi di cose buone

Cuore pulsante della città, il Porto Antico si affaccia direttamente sul centro storico e con esso forma uno splendido continuum urbanistico, soprattutto da quando l'intervento di Renzo Piano l'ha rivoluzionato "restituendo il mare ai genovesi". Qui si può visitare il rinomato Acquario (il più grande d'Italia e secondo in Europa), partire per un lungo viaggio via mare, ammirare la città dall'acqua facendo un giro con la navebus oppure perdersi in un passeggio goloso tra i portici di Sottoripa, luogo di friggitorie di pesce e verdure e di botteghe cariche di spezie e frutta candita. Tra i caruggi si scoprono poi le trattorie tipiche (in dialetto le chiamano sciamadda, ovvero fiammata) dove gustare torte salate e farinata, e le antiche tripperie e gastronomie che suggeriscono stoccafisso e baccalà freschissimo per ogni palato. Poi i forni per assaporare l'imperdibile fugassa (la focaccia) e le pasticcerie che coniugano la tradizione con contaminazioni speziate d'oltremare. A tavola, invece, domina la leggerezza. Il pesce spesso è azzurro, con le acciughe al verde marinate o impanate e fritte, oppure il baccalà in zimino (al pomodoro e spinaci) o lo stoccafisso bran de cujan (mantecato alla ligure con aglio, prezzemolo e pinoli). Il clima temperato e la vicinanza dei primi terrazzamenti rendono molto presenti anche la verdura e le erbe di campo in zuppe e intingoli, oppure in padella, ma anche freschissime in condijon (insalatone con un po' di tutto, volendo anche la bottarga). E non mancano le ricette "in salsa", come la marò, che vede protagoniste le fave. Poi, su tutto, aleggia il profumo del pesto, che condisce con gusto deciso le trenette, le lasagnette o il minestrone. Indispensabile il basilico genovese, piccolo, profumato e cresciuto all'ombra, perché non prenda sentor di menta...

VITELLONE BIANCO APPENNINO CENTRALE
CHIANINA

VITELLONE BIANCO APPENNINO CENTRALE
MARCHIGIANA

VITELLONE BIANCO APPENNINO CENTRALE
ROMAGNOLA

Garantito dal Ministero delle Politiche Agricole Alimentari e Forestali ai sensi dell'art.10 del Reg. (CE) 510/06



Tipicamente italiano



VISITA IL SITO

**Dall'Appennino centrale
la qualità delle razze bovine tipiche italiane**



CONSORZIO DI TUTELA "VITELLONE BIANCO DELL'APPENNINO CENTRALE"

Via R. Simplicetti, 3 - 06135 Ponte San Giovanni (Perugia)

Tel. 075.607.92.57 - Fax 075.39.85.41

www.vitellonebianco.it - info@vitellonebianco.it

Inserzione realizzata con il contributo del MIPAAAF, DM 14834 del 28/07/2011

Accanto, una ciotola di gelatine alla frutta: un esempio delle squisitezze realizzate dalla confetteria Romanengo. Più a destra, gli antichi interni del negozio.



POLPETTONE DI FAGIOLINI

PER 4 PERSONE

500 g di fagiolini - 300 g di patate - 125 g di prescinseua (una cagliata fresca tipica della Liguria) oppure ricotta molto morbida - 100 g di grana padano grattugiato - 2 uova - 2 manciate di pangrattato - olio extravergine d'oliva - 1 mazzetto di maggiorana - sale

- 1 Pulite i fagiolini, sbucciate le patate, lessate le due verdure separatamente in acqua bollente leggermente salata e poi scolatele.
- 2 Tritate i fagiolini, schiacciate le patate, riuniteli una ciotola e mescolateli con i formaggi, le uova, un po' di maggiorana e sale. Oilate il fondo di una teglia e cospargetela con un po' di pangrattato, quindi versatevi il composto preparato e livellatelo. Spolverizzate con altro pangrattato e irrorate con un filo d'olio.
- 3 Cuocete in forno caldo a 200° per circa 30 minuti. Quando il polpettone sarà ben dorato, sformatelo e servitelo tiepido (è ottimo anche freddo).

FACILE

- Preparazione 30 minuti ■ Cottura 45 minuti
- 350 cal/porzione



TACCUINO DI VIAGGIO

RISTORANTE A CORNABUCCIA
Piazza del Carmine 10,
Genova (GE)
tel. 010 2462447
Piatti della tradizione
nel cuore di Genova.

MANGIA BUONO

Vico Vegetti 3, Genova,
tel. 010 2530501
Minuscola e raffinata osteria
in centro con spazio esterno.

OSTERIA LA FORCHETTA CURIOSA

Piazza Negri 5, Genova,
tel. 010 2511289
Piatti di un tempo e vini
biodinamici.

OSTAIA DA U SANTU

Via al Santuario delle Grazie,
Voltri, Genova
tel. 010 6130477
www.ostaiaausantu.com
Ricette di campagna
immersi nel verde.

TRIPPERIA LA CASANA

Vico Casana 3, Genova
tel. 010 2474357
Negozio storico in centro.

BOTTEGA DELLO STOCCAFISSO

Via Soziglia 20r Genova,
tel. 010 2476390
Dal 1936, in un vicolo
del centro storico.

ANTICA FRIGGITORIA CAREGA

Via Sottoripa 113, Genova,
tel. 010 2470617
Street food alla genovese:
pesce e verdure fritte
in cartoccio, farinata e pizza.

PASTICCERIA DEI CARUGGI

Vico San Matteo 5r, Genova,
tel. 349 8741291.
Per golosi curiosi.

ANTICA DROGHERIA TORIELLI

Via di San Bernardo 32,
Genova, tel. 010 2468359
Un luogo magico, dal 1929.

CONFETTERIA ROMANENGO

via Soziglia 74, Genova
tel. 010 2474574,
www.romanengo.com
Antico indirizzo per confetti,
caramelle, confetture
e frutta candita.

“Le Torte degli angeli”.
Così soffici, così gustose.



Dalla magia degli angeli, la più dolce delle novità.

Sorprendi i tuoi cari con le Torte degli angeli: torte dal gusto unico e dalla consistenza straordinariamente soffice e morbida, in goloso contrasto con la rustica croccantezza della superficie cosparsa di zucchero al velo. Tu aggiungi uova e panna da montare. Solo da PANEANGELI!




Chi fa dolci il ciel l'aiuta.

a cura di Barbara Roncarolo, testo di Mariarosa Schiaffino, ricette di Claudia Compagni, foto di Alkemia, styling di Stefania Aledi

> segue a pag. 111

Torreggiani LA MEXICA del
1990, platino Seramitica
Festa, cioccolato e
candore Masanti &
Williams. A gusto
piatto Filippi, torreggiani
La fabbrica del ferro,
cattolici Caterini
West, gelato Gargi
Arge Totti, tessile
Savelli Limonta.
Imilizi a scuola



Puntine di maiale
glassate

PUNTINE DI MAIALE GLASSATE

PER 4 PERSONE

16 puntine di maiale - un grosso limone - 3 cucchiaini di miele - un dl di salsa di soia

- **1** Eliminate l'eventuale grasso in eccesso dalle puntine di maiale, sciacquatele sotto acqua fredda corrente e asciugatele con carta assorbente da cucina. Riunitele in una ciotola con il miele, la soia e il succo del limone, mescolatele e lasciatele marinare per un'ora, rigirandole di tanto in tanto.
- **2** Scaldate il forno a 220°. Trasferite le puntine in una teglia da forno, irroratele bene con tutta la marinata e cuocetele per circa 35 minuti, o fino a quando la carne si sarà staccata dall'osso, bagnandole di tanto in tanto con il fondo di cottura.

FACILE

- Preparazione 15 minuti + riposo ● Cottura 35 minuti ● 385 cal/porzione

Padellata di verdure al miele

PADELLATA DI VERDURE AL MIELE

PER 4 PERSONE

4 finocchi - 4 carote - 2 cipolle rosse - un cucchiaino colmo di miele di acacia - 30 g di burro - 4 cucchiaini di salsa di soia - 10 steli di erba cipollina

- **1** Pulite le verdure, eliminate le foglie più esterne del finocchio e il torsolo centrale e tagliateli a spicchi. Pelate le carote e tagliatele a metà nel senso della lunghezza, sbucciate le cipolle e tagliatele in 4-6 spicchi.
- **2** Sciogliete il burro in una grossa padella, unite le verdure e cuocetele per circa 20 minuti a fiamma bassa e parzialmente coperte.
- **3** Unite il miele e la salsa di soia e proseguite la cottura per altri 5 minuti, finché si sarà formata una salsina

lucida. Cospargete le verdure con erba cipollina tagliuzzata e servite.

FACILE

- Preparazione 25 minuti ● Cottura 20 minuti ● 120 cal/porzione

TATIN DI CAROTE AL CORIANDOLO

PER 4 PERSONE

Il carote - una confezione di pasta sfoglia da 240 g - 4 cucchiaini di salsa di soia - un cucchiaino di zucchero - un pizzico di peperoncino piccante - un mazzetto di coriandolo - un cucchiaino di semi di sesamo nero - 30 g di burro - sale

- **1** Sbucciate le carote, tagliatele a metà e scottatele in acqua bollente salata per circa 5 minuti.
- **2** Sciogliete il burro in uno stampo di 22 cm di diametro, unite lo zucchero, lasciatelo caramellare, unite la salsa di soia e il peperoncino e disponetevi le carote con la parte tagliata rivolta verso il basso. Mettete il coperchio, cuocetele per 5 minuti e lasciatele raffreddare.
- **3** Coprite le carote con la sfoglia, spingete i bordi verso il fondo dello stampo e bucherellate la superficie con una forchetta.
- **4** Cuocete la tatin nella parte bassa del forno per circa 25 minuti, lasciatela riposare 5 minuti, rovesciatela nel piatto da portata e completate con il sesamo e il coriandolo fresco.

FACILE

- Preparazione 15 minuti ● Cottura 35 minuti ● 370 cal/porzione

Ciotola Lineasette,
Tessuto Society Limonta.
A destra: vassoio Cargo
High Tech, tovagliolo La
fabbrica del lino e
Society Limonta.
Indirizzi a pagina 8





**Tatin di carote
al coriandolo**

> segue da pag. 108

con un pizzico di semi di sesamo, a semplici verdure saltate in padella, a cetrioli o a champignon crudi a fettine. Si può anche unire a riso basmati o miscelarla con succo di arancia o lime, zenzero, olio, aceto e per condite insalate crude e verdure cotte. L'esordio in Europa risale al '700 ai tempi di Luigi XV, quando venne introdotta in Francia, senza grande successo, da alcuni missionari. Un secolo dopo, compare nella salsa Worcester, inventata da un ex governatore britannico del Bengala, che aveva imparato il piacere della cucina oltremare e volle regalarlo ai suoi connazionali dai palati timidi. E ora la salsa di soia ha trovato una sua

dimensione nei nostri piatti. È fatta con semi di soia, sale e acqua. Aggiungendo il grano tostato si ottiene lo shoyu; senza si ha il tamari. Un tempo la fermentazione richiedeva 12-18 mesi, ora si produce in pochi giorni: i semi di soia si fanno bollire in acido idrocloridrico e poi si aggiungono carbonato di sodio, sciroppo di mais, sale e caramello. L'agilità del nuovo processo ha favorito la diffusione della salsa, che annovera, sì, qualche detrattore (per la presenza del sale), ma soprattutto conta molti appassionati, che ne apprezzano l'alta quantità di antiossidanti e la capacità di regalare saporite note orientali anche ai piatti più sobri.

I cjalzòns friulani

SONO TORTELLI DI ANTICA TRADIZIONE DOVE SI ACCOSTANO, IN INFINITE VARIANTI LOCALI, SAPORI DOLCI E SALATI

di Miriam Ferrari, in cucina Antonella Pavanello, foto di Michele Tabozzi

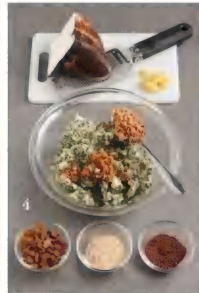


Il termine "calisson" da cui deriva il nome dei cjalzòns (o cjalsons o cjarsons, la parola varia secondo la località) ha origini turche e indica uno strumento simile al liuto che avrebbe ispirato la forma di questi particolari tortelli. Le prime ricette risalgono a molti secoli fa come si evince da un documento della fine del '300 dove si parla di una "Paâqua dei châlçons" riferendosi a dolcetti ripieni di spezie e marzapane serviti durante questa ricorrenza. La ricetta si è evoluta nel tempo, fino a trasformarsi in uno

dei piatti simbolo della cucina del Friuli, in particolare della Carnia: una sorta di ravioli con una farcia di patate lievemente dolce e aromatizzata con erbe. Questa formula ha un'evidente impronta balcanica, dovuta ai frequenti contatti, forzati o no, a cui la gente friulana ha dovuto sottostare nei secoli, ma si deve anche all'inventiva di un popolo che alla povertà delle risorse ha saputo sopprimere con l'ingegnosità e la creatività in cucina.

La combinazione di ingredienti dolci e salati è la caratte-

> segue a pag. 114



CJALZÒNS ALLE ERBE AROMATICHE

PER 6-8 PERSONE

400 g di farina bianca - 500 g di patate a pasta bianca - 1 mazzo di erbe aromatiche (prezzemolo, menta, melissa, timo, maggiorana, erba cedrina, finocchio o altre erbe di stagione) - 30 g di uvetta sultanina - 2 cucchiaini di cacao amaro o di cioccolato grattugiato - 2 cucchiaini di ricotta affumicata friulana - 1-2 cucchiaini di pane di segale grattugiato - 1 limone non trattato - 1/2 cipolla - cannella e chiodi di garofano in polvere - 2 fichi secchi - 2-3 amaretti - 30 g di burro - sale
Per condire: 30 g di burro - cannella - ricotta affumicata grattugiata

- **1** Lessate le patate con la buccia, scolatele, sbucciatele e passatele ancora calde allo schiacciap patate, raccogliendo il passato in una terrina. • **2** Sfogiate e lavate le erbe aromatiche scelte, mettetele su un tagliere e tritatele grossolanamente con un pesante coltello e mescolate il trito al passato di patate.
- **3** Tritate la cipolla e fatela soffriggere in un tegame con il burro, lasciandola appassire senza farla colorire. Tritate i fichi secchi e pestate gli amaretti con un pestacarne. • **4** Aggiungete al composto di patate il soffritto di cipolla, l'uvetta, il cacao, la ricotta, il pane, la scorza grattugiata del limone, i fichi, gli amaretti e un pizzico di cannella e di chiodi di garofano in polvere. • **5** Preparate la pasta: raccogliete sulla spianatoia la farina a fontana e unitevi a poco a poco 2 di circa di acqua molto calda salata; lavorate l'impasto, copritelo e lasciatelo riposare per una mezz'ora. • **6** Trascorso questo tempo stendetelo in una sfoglia spessa un paio di mm e ricavate con un tagliapasta o un bicchiere dei dischi di circa 10 cm. • **7** Distribuite il ripieno preparato al centro dei dischi di pasta, richiudeteli a mezzaluna e premete i bordi arricciandoli leggermente. • **8** Portate a ebollizione abbondante acqua salata, lessatevi i cjalzons per 3-4 minuti, scolateli e conditeli con burro fuso a color nocciola, ricotta affumicata a scaglie e cannella in polvere.



> segue da pag 112

ristica saliente dei cjalzons. L'andar per erbe selvatiche è per la gente friulana un vero e proprio rito praticato in massa: nella giusta stagione i campi regalano tarassaco, valeriana, crescione, menta, erba cedrina e altre piante profumate da mescolare a ingredienti locali come la ricotta affumicata, pane nero grattugiato, e addolcire con frutta secca, spezie, zucchero e perfino cioccolato, prelibatezze "rubate" alla più ricercata cucina veneta, un tempo racimolate durante i loro viaggi dai cramars, gli emigranti locali, e custodite gelosamente in ogni casolare nei cassetini delle madie.

Ricette di famiglia

Su questa base si sono create numerose varianti di ripieno, diverse da luogo a luogo, perfino da famiglia a famiglia. In linea generale si possono citare i paesi in cui i cjalzons hanno caratteristiche particolari: a Cervicento prevalgono patate ed erbe aromatiche (come riportato nella ricetta alla pagina precedente), a Ovaro ricotta e uverta ammorbida nel vino, a Pontebba fichi secchi, noci e susine, a Tolmezzo cedro, cacao, miele e marmellata, a Pesaris porro, pane di segale e di mais, zucchero e porro, a Timau patate, erbe aromatiche e grappa. E anche la pasta che avvolge il ripieno può variare: la formula più usata è la più "povera": farina e acqua salata, qualcuno aggiunge un filo di olio e di burro fuso. Ma in alcune zone si prepara mescolando alla farina patate lessate e passate, un po' come per l'impasto degli gnocchi. La forma più tradizionale è a mezzaluna pieghevole o a grosso tortello.

BERE GIUSTO

La nutrita varietà degli ingredienti e l'equilibrio tra dolcezza, speziatura e sapidità consigliano un bianco dotato di altrettante sfaccettature come il Verduzzo dei Colli Orientali dell'Azienda I Clivi, vino adatto alla ricetta non solo per motivi territoriali ma anche per la sua puntuta freschezza, così utile sul condimento e sulla grassezza del ripieno e per il gusto tenero che asseconda gli ingredienti zuccherini e accoglie la vena affumicata.



I SUGGERIMENTI DI SALE&PEPE

Vi segnaliamo alcuni ristoranti che propongono, tra le tante specialità friulane, anche questo piatto.

ALLA FRESCA VERDE

Via Capoluogo 64, Lauro (Ud), tel. 0433 74122.

Sosta golosa e panoramica in questo albergo ristorante aperto oltre un secolo a mezzo fa e recentemente ristrutturato; qui la cucina, strettamente legata alla tradizione propone i classici cjarsons ma anche altri tortelli rivisitati.

L'OSTERIA DI TANCREDI

Via Monte Sabotino 10, San Daniele del Friuli (Ud), tel. 0432 941594.

Piccola osteria-enoteca che offre piatti semplici e rigorosamente di territorio tra i quali spiccano i cjalzons della Val Pontaiba.

OSTERIA DI VILLAFREDDA

Via Linuti 7, Tarcento loc. Loneriaco (Ud), tel. 0432792153.
A margine del borgo medievale di Villafredda una bella casa colonica con un fresco pergolato:

tra le specialità più tipiche frico, zuppa d'orzo e cjarzons.

LA FUÈD

Località Varzella, Rigolato (Ud), tel. 329 9754530.
Un vecchio fienile, trasformato in una piacevole trattoria immersa nei boschi. Dopo un bel piatto di carne salata o di prosciutto di Sauris, due eccellenze locali, si può scegliere tra i canederli ai semi di papavero e i cjalzons alle nocciole.



PAROLA DI ESPERTA

Al ristorante dell'Hotel Bellavista di Ravascletto, in provincia di Udine (tel. 0433 66089) i cjalzons sono tra i piatti più richiesti, tanto che Dina Biancotto, titolare dell'Hotel insieme al marito Pietro, organizza tutti gli anni, durante l'apertura dell'hotel e su richiesta, corsi di cucina a tema. **Qual è secondo lei la formula di questo piatto più vicina alla stretta tradizione?** I cjalzons (noi li chiamiamo così) sono un piatto tipicamente carnico, un'unica ricetta non esiste, ci sono tante varianti custodite gelosamente a livello familiare. A noi piace arricchire il ripieno, a base di ricotta, con amaretti, confetture e una spruzzata di grappa, come si usa dalle nostre parti.

Anche il condimento può variare? La base

è l'"ont", burro che un tempo veniva cotto con un sistema particolare per consentirne la conservazione, ricotta affumicata, cannella e, a piacere, una spolverata di zucchero e di pane tostato. **Si possono preparare in anticipo e conservare a lungo?** Racchiusi in sacchetti sottovuoto e riposti nel congelatore si conservano anche per 3-4 mesi. In questo caso si cuociono senza prima farli scongelare.

Teneroni

*Divertenti come piace a loro
nutrienti come piace a te!*



Da mamma a mamma

Fidati dell'esperienza. Già tante mamme hanno provato i Teneroni e continuano a sceglierli, perché mettono d'accordo tutti in cucina. Morbidi e giocosi come piace ai ragazzi, preparati con ingredienti di qualità come piace a te: il prosciutto cotto Casa Modena, la parte migliore del pollo, il vitello italiano. Ecco perché nel mondo Teneroni gli hamburger sono un ottimo secondo piatto da provare e consigliare.



Teneroni di Casa Modena. Un mondo divertente e nutriente.

www.casamodena.it



ANCHE NEL 2012
U2 È IL SUPERMERCATO
PIÙ CONVENIENTE* D'ITALIA.



www.u2.it

* Secondo l'ultima indagine annuale sui prezzi di un paniere di prodotti di marca di largo consumo e freschi, condotta da un'autorevole organizzazione di consumatori presso 765 Supermercati e Ipermercati d'Italia.



U2supermercato.it

Insalata Waldorf

DELICATA E LEGGERA, È NOTA IN TUTTO IL MONDO PER L'ELEGANTE SEMPLICITÀ NELL'ABBINAMENTO DEI SAPORI

di Francesca Tagliabue, in cucina Livia Sala, foto di Maurizio Lodi



Pari uguali di sedano rapa e mela, con la sola aggiunta di maionese: questa è la ricetta originale dell'insalata ideata da Oscar Tschirky, maître presso l'Hotel Waldorf di New York, intorno al 1893. Si racconta che Tschirky pensò questo semplicissimo piatto come delicato intermezzo fra le numerose portate di un ricco pranzo privato, organizzato dalla moglie di un famoso magnate del tempo a favore di un orfanotrofio. Questa essenziale ma raffinata insalata riscosse un enorme

successo, tanto da entrare nel menù dell'albergo e divenne subito il piatto più richiesto, soprattutto nei pranzi di lavoro. Nel 1896 apparve nell'ambito ricettario "The Cook Book by Oscar The Waldorf", mentre nel diffusissimo "Recreo Cook Book" del 1928 fu ufficialmente inserita la versione con le noci, che divennero così uno degli ingredienti canonici. A riprova del successo di questa ricetta, l'insalata fu addirittura citata dal grande jazzista e compositore Cole Porter in una

> segue a pag. 118

> segue da pag.117

canzone, "You're the Top", dove la Waldorf Salad appare nella lista delle eccellenze ("top" appunto) al pari del Museo del Louvre e dei sonetti di Shakespeare.

Questa che vi presentiamo qui di seguito è la ricetta rivisitata, servita oggi all'Oscar Coffee Shop, ristorante dell'Hotel Waldorf-Astoria dedicato a Tschirky. Esistono in tutto il mondo variazioni dell'originale: c'è chi aggiunge carne, pollo o tacchino, arrosto o cotti al vapore. Talvolta, acini d'uva o altra frutta secca. Per renderla più esotica, alcuni usano limoni o arance. Altri alleggeriscono o sostituiscono la maionese con yogurt o la insaporiscono con erbe aromatiche. Le mele variano dalla verde Granny Smith, acidula e croccante, alla dolce e profumata Red Delicious fino alla tenera ma asprigna Renetta. Nella Emerald Waldorf Salad, il sedano è sostituito con il cavolfiore. A Belfast, in Irlanda, è molto popolare la Peadorf Salad, preparata con arachidi (peanuts) al posto delle noci.

NUOVA INSALATA WALDORF

PER 4 PERSONE

Per il condimento: 80 g di crème fraîche - 80 g di yogurt intero - 1 cucchiaino di succo fresco di limone filtrato - 30 ml di olio di noci - 1 cucchiaino di tartufo nero grattugiato grossolanamente - sale - pepe di mulinello per caramellare le noci: 60 g di miele o zucchero - 60 g di succo di mela trasparente - 70 g di gherigli di noce - sale - pepe di Cayenna

Per l'insalata: 1 mela Granny Smith grande, non trattata - 1 mela Gala grande, non trattata - 1 costola di sedano - 40 g di foglioline di sedano fresche - mezzo cespo di lattuga (solo cuore)

- 1 Preparare lo sciroppo sciogliendo il miele nel succo di mela. Unite 1 pizzico di sale e di pepe, mescolate e immergete i gherigli interi nello sciroppo; mescolate per 30 secondi. Toglieteli dal fuoco e fateli riposare per 20 minuti nello sciroppo. Scolateli su un foglio di carta da forno, piegatelo a metà e battete con il pestacarne per spezzettare i gherigli.
- 2 Fate il condimento: unite in un'ampia ciotola la crème fraîche, lo yogurt e il succo di limone. Aggiungete l'olio di noci, 1 pizzico di sale e 1 di pepe. Amalgamate e incorporate metà del tartufo. Coprite con pellicola e tenete al freddo.
- 3 Lavate bene le mele, eliminate il torsolo con l'apposito attrezzo e riducete la polpa (con ancora la buccia) a julienne con il coltello. Pulite e tagliate a bastoncini sottili anche il sedano, aggiungetelo alle mele, mescolate e incorporate il tutto al condimento preparato freddo, con delicatezza.
- 4 Lavate e asciugate le foglie di lattuga, allargatele in un piatto da portata, in uno strato. Mettete l'insalata Waldorf al centro del piatto, sopra la lattuga. Cospargete il tutto con le noci candite preparate e il tartufo rimasto. Servite subito, guarnendo con foglioline di sedano.

FACILE

- Preparazione 30 minuti ● Cottura 10 minuti
- 245 cal/portione

OSCAR 'THE WALDORF' E LE UOVA ALLA BENEDICT

Trentino a New York, Stati Uniti, dove il suocero possedeva un ristorante, lo svizzero Oscar Tschirky si fece subito strada nel settore. Tschirky divenne in un primo momento maître del raffinatissimo ristorante Delmonico's e poi, a partire dal 1893, Maître d'hôtel del noto Hotel Waldorf (l'albergo al tempo era situato nella Fifth Avenue, mentre dal 1931, con il nome Waldorf-Astoria, si trova al 301 di Park Avenue). Brillante organizzatore di banchetti, ricevimenti e feste, Oscar Tschirky - affettuosamente soprannominato "Oscar del Waldorf" dall'élite newyorkese del tempo - fu amico di politici, magnati e personalità di primo piano. Oltre alla nota Waldorf Salad, la leggenda racconta che Tschirky, quando lavorava ancora da Delmonico's, fu l'ideatore di un altro piatto famoso, le Uova alla Benedict, preparate al momento una mattina per un broker di Wall Street, Lemuel Benedict, reduce da una serata di bevute eccessive. Tschirky fece testare un mezzo muffin inglese, vi mise sopra un paio di fette di Bacon, un uovo in camicia e una cucchiainata di salsa olandese, per la delizia del broker. Benedict si appassionò al piatto, ordinandolo tutte le mattine e consegnandolo alla storia come Uova alla Benedict.



IL NUOVO APPETITOSO LIBRO DI

Giallo Zafferano



SONIA PERONACI
DIVERTITI CUCINANDO

INGREDIENTI

- ✓ *Freschi suggerimenti da cogliere al volo*
- ✓ *Irresistibili malizie per riciclare gli avanzi*
- ✓ *Squisiti menù per cene romantiche, banchetti e serate tra amici*
- ✓ *Gustosi pranzi formato famiglia*

*"Provate,
poi ditemi com'è andata..."*

IN TUTTE LE LIBRERIE

La versione
arricchita con video



Disponibile su
iBookstore

100

nuove ricette
DAL SITO DI CUCINA PIÙ FAMOSO D'ITALIA

SCUOLA DI CUCINA

di **sale&pepe**

*Iscriviti ai nuovi corsi e non perderti l'allegria
di cucinare sotto la guida di veri esperti!*



CORSI PER ADULTI

SETTEMBRE

- 20** • Secondi di carne semplici e chic
- 23** • Pizza e panzerotti
- 26** • Dolci ricchi di frutta
- 27** • A cena con il mare

OCTOBRE

- 03** • Lasagne e cannelloni che bontà
- 04** • 5 dolci lampo
- 10** • Rotoli e involtini di carne
- 11** • Menu dall'orto tutto ripieno
- 17** • Le spezie in cucina
- 18** • Corso per celiaci: creative ricette senza glutine
- 20** • Dolci al cioccolato
- 24** • Prepara una cena in 40 minuti
- 25** • Abc...zucca

E IN PIÙ TANTI ALTRI CORSI FINO A DICEMBRE!
SCOPRI SU: www.corso-di-cucina.it

CORSI PER BAMBINI

SETTEMBRE

- 23** • Corso di cucina 4 mani: profumo di cioccolato
- 29** • Evviva la merenda

OCTOBRE

- 06** • Speciale festa dei nonni! Divertiamoci insieme a 4 mani
- 21** • Corso per teenager: primi piatti che passione
- 27** • Dolcetto o scherzetto

LABORATORI

SETTEMBRE

- 30** • Cibo e vino

OCTOBRE

- 07** • La pasta fresca, i sapori del sud
- 14** • Pasticceria mignon
- 28** • Il pane, facciamolo in casa

In collaborazione con le maestre dell'A.I.C.I.
(Associazione Insegnanti di Cucina Italiana)

Sponsor ufficiali:

Coca-Cola

KENWOOD
CREATE MORE

Per informazioni e iscrizioni vai su www.corso-di-cucina.it
o www.facebook.com/CookBooksAcademy
o chiama 02 7542 3300

Vieni a trovarci al 3° piano
del Mondadori Multicenter
in P.za del Duomo a Milano

COOK ACADEMY
& BOOKS
MONDADORI



Zucca

stuzzicante nel salato, golosa nel dolce



Il suo colore così vivace dà ai piatti un tocco di allegria. Il suo sapore, delicato e particolare, è caratterizzato da una tipica nota dolciastria che la rende inconfondibile. Bella anche da vedere, si usa intera come contenitore per primi piatti molto scenografici. Ed è davvero versatile: da provare anche nella preparazione di gustosi antipasti e ricchi secondi, pesce compreso. Senza dimenticare il gran finale con dessert squisitamente rustici

Zucca la regina dell'orto



Sale&Pepe collection

MONDADORI

i libri di **sale&pepe** in edicola dal 19 ottobre

PRENOTALO SUBITO SOLO € 4,90 IN PIÙ

SALE&PEPE

n. 10 OTTOBRE 2012

DIRETTORE RESPONSABILE

Laura Maragliano laura.maragliano@mondadori.it

REDAZIONE

Livia Fagetti fagetti@mondadori.it (caporedattore)
Barbara Galli barbara.galli@mondadori.it (caporedattore)
Mariateresa Carlucci carlucci@mondadori.it (capediservizio)
Enza Dalessandri enza.dalessandri@mondadori.it (capediservizio)
Alessandro Gnocchi gnocchi@mondadori.it (capediservizio)
Cristiana Casse cristiana.casse@mondadori.it
Barbara Roncarolo barbara.roncarolo@mondadori.it

REDAZIONE GRAFICA

Loredana Maestri maestri@mondadori.it (capediservizio)
Cristina Papi papi@mondadori.it (capediservizio)
Susanna Meregalli susanna.meregalli@mondadori.it
Diego Stadiotti diego.stadiotti@mondadori.it
Patrizia Zanette zanette@mondadori.it

SEGRETERIA DI REDAZIONE

Cinzia Campi cinzia.campi@mondadori.it (responsabile)
Paolo Riosa riosa@mondadori.it (ricerca iconografica)
Francesca Cocianich segreteria.cucina@mondadori.it

PROGETTO GRAFICO

Roberto Porta porta@mondadori.it

HANNO COLLABORATO

Stefania Aledi, Alessandra Avallone, Fiammetta Bonazzi, Patrizia Cantoni,
Monica Cattaneo, Marina Cella, Claudia Compagni, Miriam Ferrera, Maria Paola Mancuso, Barbara Mantovani, Alessandro Pasinelli Studio, Chiara Patracchini,
Antonella Pavanello, Ornella Rota, Livia Sala, Sandro Sangiorgi,
Mariarosaria Schiaffino, Beatrice Spagni, Francesca Tagliabue,
Sissi Valassina, Paola Volpini

Foto: Alkemia, Marco Azzi/MDA,

Adriano Brusaferrì, Luca Colombo/Studio XL, Maurizio Lodi,
Francesca Moschieri, Michele Mulas, Stefania Sainaghi, Michele Tabozzi

SALE&PEPE SERVIZIO CLIENTI

Volete fare un abbonamento o dovete segnalare un disservizio?
Tel. 199111999 (da lunedì a venerdì dalle 9.00 alle 19.00; costo massimo della telefonata
€ 0,12 + IVA al minuto senza scatto alla risposta; per cellulari costi in funzione
dell'operatore); per chiamate dall'estero +39.041.509.90.49; fax 030.3198202;
e-mail: abbonamenti@mondadori.it; internet: www.abbonamenti.it

Servizio collezionisti Avete perso un numero di Sale&Pepe? Tel. 199162171; fax 02-95970333
e-mail: collez@mondadori.it

Distribuzione Distribuzione a cura di Press Di srl.

ARNOLDO MONDADORI EDITORE S.P.A.

REDAZIONE E AMMINISTRAZIONE: 20090 Segrate (Milano) - Tel. 02/754211. Casella postale n. 1833,
20101 Milano. Telegrammi e Telex: 320457 MONDIMI I

CONCESSIONARIA ESCLUSIVA PER LA PUBBLICITÀ: Mondadori Pubblicità S.p.A.
SEDE CENTRALE: 20090 Segrate (MI) - Tel. 02/754211 - Fax 02/75422202. © 2002 Arnoldo Mondadori Editore S.p.A. - Milano. Tutti i diritti di proprietà letteraria e artistica riservati. Manoscritti e foto
anche se non pubblicati non si restituiscono.

Pubblicazione registrata presso il Tribunale di Milano n. 464 del 8/9/1986.
MONDADORI PRINTING S.p.A., via Luigi e Pietro Pizzani, 11, Cusano Bergamasco (Bergamo). Stabili-
mento di Verona. Distribuzione a cura di Press-Di srl.

Servizio arretrati/collezionisti a cura di Press Di Distribuzione Stampa e Multimedia srl "Collezionisti" (Tel.
199162171; Fax 02/95103250; email: collez@mondadori.it), conto corrente postale n° 77270387.
Garanzia di riservatezza agli abbonati: L'Editore garantisce la massima riservatezza dei dati forniti
dagli abbonati e la possibilità di richiederne gratuitamente la rettifica o cancellazione ai sensi
dell'art. 7 del D. leg. 196/2003 scrivendo a: Press-Di srl Ufficio Abbonamenti: Casella postale n.
77003101 email: abbonamenti@mondadori.it

 MONDADORI



Accreditamento Diffusione
Stampa - Grafica
n. 325/48 del 14 dicembre 2011



Questo periodico fa parte
della FIEG Federazione
Italiana Editori Giornali

NEL NUMERO DI NOVEMBRE

ORECCHIETTE, CAPUNTI E CAVATELLI

Viaggio del gusto nella cultura pugliese, a raccontare i gesti che trasformano una semplice miscela di acqua e farina in candide chicche. Pronte ad accogliere robusti condimenti di tradizione.



LATTE

Gli infiniti ruoli del principe degli ingredienti. Con il baccalà, il pollo, le verdure e in una crema frita al parmigiano. Ma anche in soffici dessert dal sapore antico.



DOLCI CON L'OLIO

Una golosa montagna di bigné, una croccante crostata o un soffice rolo alle nocciole. Irresistibili dolcezze esaltate dalla leggerezza del più mediterraneo e nobile dei condimenti.

in edicola dal 19 ottobre

SALE&PEPE È ANCHE IN DIGITALE

Da oggi Sale&Pepe è anche un'app per il tuo iPhone e il tuo iPad! Scaricala dall'Apple store e potrai avere sempre con te ricette esclusive, raffinate ma semplici da preparare!



Per sfogliare Sale&Pepe su tablet e pc, acquista l'abbonamento digitale su www.abbonamenti.it.

Poi, scarica l'applicazione abbonamenti.it da Apple store e hai un iPad) o da Android market (se hai un dispositivo android). Puoi accedere alla rivista utilizzando username e password che hai scelto sul sito.

Costa 6,80 € per 3 numeri e 25 € per 12 numeri.





FRANTOIO DI SANTA TÈA®

REGGELLO - FIRENZE



Messaggio per Te.

GONNELLI 1585

NATURA, SENZ'ALTRO.

Fai una dichiarazione d'amore al tuo palato con la selezione di prodotti a marchio Gonnelli 1585. La tradizione antica del fare si rinnova anno dopo anno nell'eccellenza del nostro olio per portare sulla tua tavola un messaggio di genuinità. In ogni bottiglia troverai la fragranza degli ulivi accarezzati dalla brezza toscana, la cura e la pazienza, la tradizione e la saggezza. Scopri Gonnelli 1585 anche sul sito www.gonnelli1585.it





www.tescoma.it

800777546

per preparare

per cucinare

per bere

per affettare

per serve

per informare

per conservare

per organizzare

per i bimbi